قوانين الجذب

التنويم المغناطيسى وعلاقته بالطاقة



التنويم المغناطيسى
وعلاقته بالطاقة

صابر محمود

الحرية
للنشر والتوزيع

الناشـــر



للنشر والتوزيع
3 ميدان عرابى ـ القاهرة
تليفون: 01223877921 ـ 01112227423
فاكس: 20225745679+
darelhorya@yahoo.com

التنفيذ الفنى



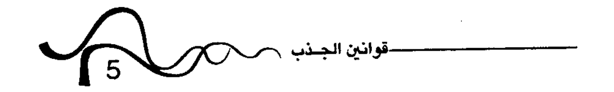
رقم الإيداع: 2013/15900
الترقيم الدولى: 978-977-5832-88-7



ان علم Hypnosis أو العــلاج بالإيحــاء يرجع إلى عهود قديمة مثل الهنود والمصريين. التنويم المغناطيسى الاسم الاكثـر شـهـرة لعـمليـة (التنويم الايحـائى) ألقى بظلال سلبـية على هذه العـمليـة الموحيـه بأن الانسـان يمكن ان يعمل مالا يريد ويحرك كالآلة وهو نائم.... ! الامر الذى ترفضه مدارس التنويم الايحائى الراقية.

منطقة عمل مدارس التنويم التقليدية هى منطقة شـرود الذهن Trance ويمكن تقسـيم شـرود الذهن إلى درجات أغلبها يظهر فى حياتنا اليومية طبيعياً:

- شرود خفيف وفيه يكون ملامح مثل (الكسل، الاسترخاء، تخشب الجفن، تخشب مجموعة عضلية، مشاعر الثقل والطفو).



ـ شرود متوسط وفيه ملامح مثل (تغير الطعم والرائحة، النسيان، فقد التألم، حركات غير ارادية، هلوسة جزئية).

ـ شرود عميق وفية ملامح (هلوسة سمعية وبصرية إيجابية، أفعال غريبة، فقد الاحساس).

ويعتمد التنويم الايحائى على رغبة المحتاج لهذا النوع من التنويم، لأنه إذا كانت هناك رغبة أصبح من السهل التنويم والعلاج، حيث ان التنويم الإيحائى يعتمد على الحالة النفسية كثيرا من ناحية الإقتناع.

ان العقل البشرى ينقسم إلى قسمين

١ ـ العقل الواعى:

الذى نحلل به الامور والاشياء التى نراها ونسمعها ونلمسها ونتذوقها. ويشمل ذلك ا لتفكير المنطقى، التفكير التحليلى، الذاكرة المؤقتة، قوة الرغبة.

٢ ـ العقل الباطن:

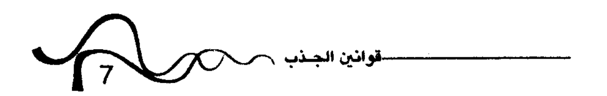
الذى نخـزن فيـه تحليل مـا ندرك، فـإذا تمكنا من تنويم العقل الواعى والتخاطب مع العقل الباطنى نتمكن من تغيـر أو مـسح أو تقـوية مـا يوجـد بداخل العـقل الباطنى من معلومات وذلك عن طريق التنويم الإيحائى.

فوائد العلاج بالتنويم الايحائى:

يعـد العـلاج بالتنويم الإيحـائى واحـد من اكثـر الوسائل العلاجية سلامة وفعالية لعلاج معظم حالات الأمراض النفسية.

ويعـزز العـلاج بالتنويم الإيحـائى القـدرة على الاستقلال والقدرة على مواجة المشاكل بالإضافه إلى زيادة التـغلب على العـديد من المشـاكل النفسـيـة والتعامل معها بصورة صحيحة.

وتشـمل المـيـزات الإيجـابيـه للعـلاج بالتنويم الإيحائى إلى درجة عالية من الاسترخاء وتقليل من نسبة التوتر والشد العصبى.



يوصى العديد من الأطباء والمعالجين النفسيين بأهمية استخدام العلاج بالتنويم الإيحائى كوسيله علاجية فعالة لحياة افصل.

ان جميع حالات الايحاء لا تتم إلا من الشخص نفسه. ويختص دور المنوم على ارشاد وتوجيه الشخص إلى الإيحاء وكيف يصل اليه ويمارسه، وكيف يستفيد منه.

وحتى تكون الصورة أكثر وضوحا فإننا جميعا نمر بحالات اليقظة والنوم ويرسل المخ موجات كهربائية تحدد درجة اليقظة أو النوم التى نكون عليها وهى ثلاث درجات:

اولا: بيتا: وهيا حالة اليقظة ويرسل المخ موجات حوالى ١٤ موجة /ثانية

ثانيا: الفا: وهى حالة ما قبل النوم أو نهاية النوم أو حالة احلام اليقظة، ويكون الشخص واعيا تماما ولكن فى حالة استرخاء شديد، ويرسل المخ ٨ موجات / ثانية.

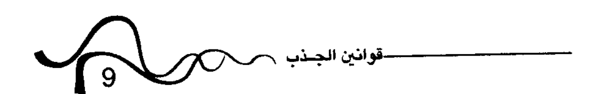
ثالثـا: ثيـتـا ودلتـا: وهى حـالات النـوم الكامل ومـوضـوعنا هنا يتـركز فـى الوصـول إلى حـالة الفـا بإرادتنا فى الوقت الذى نرغبـة. وتتـميـز حـالة الفـا بأنهـا أعلى مـرحله يتـواصل فـيـهـا العـقل البـاطن والواعى.

ما أهمية العقل الباطن

إذا عرفنـا ان العقل البـاطن يمثل حوالى ٩٠٪ فإن اى خـلاف بين الـواعى والبـاطن يكون غـالبـا لصـالح العـقل البـاطن. والعـقل البـاطن يمثل بنك المعلومـات والذكريات والرغبات والعادات.

والعـقل البـاطن قـادر على تسـجـيل ٥٠ نقـطة فى الوقت الواحد، على خلاف العقل الواعى الذى يدرك فـقط من خـمس إلى تسع لقطات فى الوقت الواحـد لا اكثر.

وعلى سبيل المثال فإنك تركز "العقل الواعى " فى كـلامك أو كـلامـه وقـد تكون اللقطة الثـانيـة رؤيتك



لعيناه وهكذا. أما العقل الباطن فيسجل اضاءة الغرفة ودرجة حرارتها ولون ملابسة، وأى ضوضاء خارج الغرفة وغير ذلك. ومشكلة العقل الباطن هو ترتيب الاشياء بأى شكل أو دون منطق.

كيف نتعلم التنويم والاسترخاء:

انه حسب منهج البورد الامريكى للتنويم ABH فإن الدراسة المنهجية للتنويم الأركسونى تنقسم إلى قسمين: ممارس practitioner وممارس متقدم mas- ter practitioner.

كما ان هناك برامج خاصة عن الاسترخاء وإدارة الضغوط النفسية بالاسترخاء والتنويم الذاتى.

مراكز الطاقة الرئيسية

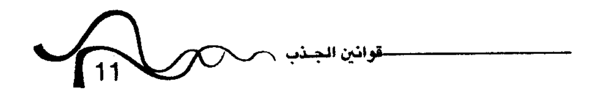
من المهم قبل أن يدخل المرء فى قراءة وتمارين لعلوم الطاقة أن يعرف بضعة أساسيات ليكون لنفسه خلفية ثقافية يستند عليها.. وإن شاء الله أقدم لكم مواضيع مفيدة ويسيرة للجميع كما وعدت من قبل.

من أهم مـا يجب ان يعـرفـه القـارىء هـو مـراكـز الطاقة الأساسية التى تسمى شاكرا وجمعها شاكرات وهـى كالتالى:

شاكرا التـاج: مركزهـا قمة الرأس ولونهـا بنفسجى وهـى مسـؤولة عن الروحـانيات والرقى والسـمو ومن يزيد عندهم نشاط هذه الشـاكرا نجده إنسان شفاف روحانى يتحكم ببراعة فى رغباته الجسدية.

شاكرا العين الثالثة: مركزها فى نهاية الجبين بين العينين.. بالتحديد بين نهاية الجبين وأعلى المسافة بين الحـاجبين.. لونها أزرق داكن وتختص بالبصيرة والحـاسة السـادسة وتوارد الخواطر.. نشاطها يعطى الشخص القدرة على بث وإستقبال الأفكار.

المراكـزان أعـلاه إذا زاد نشـاطهـمـا عن الحـد الطبيعى نجد الشخص روحانى شفاف يهمل جسده ولا يكترث إلا للروح وقد يفقد متعة الحياة الجسدية ويعيش كأنه روح سامية بلا رغبات.. وهذا لا يتوافق مع الطبيعة البشرية..



شاكرا الحلق مكانها بين عظمتى الترقوة ولونها الأزرق وهى تخص القدرة على التواصل مع الآخرين وايصال فكره لغيره والضعف فيها يسبب الخجل والإرتباك من مواجهة الأشخاص والتعبير عن الآراء والنفس.

شاكر القلب: خضراء اللون مكانها القلب.. وأستاذ طلال خياط يقول أنها بين القلب وفم المعدة.. مختصة بالمشاعر الإنسانية والعاطفية

شاكرا الضفيرة الشمسية: صفراء اللون مكانها الضفيرة الشمسية فوق السرة وأستاذ طلال خياط يرى أنها على السرة بالضبط.. مختصة بقوة الشخصية والإحساس بشخصيات من حولك والتأثير على الناس نشاطها يصاحبها حضور قوى لصاحبها بالإضافة للشخصية القوية.

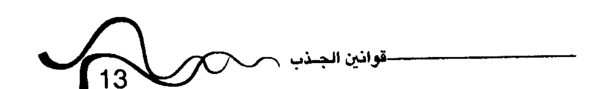
شاكرا العجز: برتقالية اللون وهى تحت السرة ببوصتين أو ثلاث.. حسب طول الجسم.. مسؤول عن

الرغبة فى البقاء سواء عن طريق الإنجاب لإستمرار الجنس البشرى أو البقاء كنزعة قتالية للبقاء.

شاكرا الجذر: حمراء اللون مكانها بين العضاء التناسلية.. مسؤولة عن حب الرغبات الأرضية كحب المال والطعام والتعصب.

وأيضا توجد مراكز أو شاكرات فرعية أخرى غير الذى ذكرتها

■ ■ ■



تدريبات

الريـــن

أقدم لكم تدريبات اسلوب الرين الخطير والنادر وهو ليس غرافية أو كذبة كما يظن البعض منكم أنما فن لستخراج الطاقة الداخلية ويمكن أن نقول بكلام علمى أن نقول بأن الطاقة الداخلية لأى إنسان هى الهالة المشعة فى جسم الإنسان التى تقع أسفل السرة بـ ٣ إنشات للأسفل إلى عمق ٢,٥ إنش داخل البطن. ويمكن أن نبرهن على صدقية هذه الطاقة عندما مثلا يكون صديقك أو احد أقربائك قد لا سمح الله وهو يصلح سيارة فإذا بالسيارة تسقط عليه أو يعلق تحتها وهى تزن مثلا حوالى الطن تراك تندفع بدون إحساس وترفعها بدون أن تشعر بثقلها الكبير وتخرجه بكل سهولة ولكن لو حاولت مرة ثانيةأن ترفعها لاتستطيع بل تظن أن هذا أمر

مستحيل إنها الطاقة الكامنة التى زرعها الله فى كل جسم إنسان ولكن لا تستطيع أستخراجها إلا فى الأوقات العصيبة جدا أو الآزق المستحيلة إلا إذا كنت تدقن أسلوب الرين فهو فن وأسلوب بنفس الوقت إذ أنه فن يسمح لك بتحكم بطاقتك الداخلية أى الهالة المشعة وهذه هى التدريبات:

أسلوب الرين

تعريف الرين: الرين هو نوع من الأساليب التى تمكنك بالتحكم فى طاقتك الداخلية وهو يتجزأ إلى أربعة أقسام أو لنقل إنها أربعة مراحل.

المرحلة الأولى...القوة

هى تتمثل فى إخراج طاقتك الداخلية واستثمارها فى تقوية الطاقة الخارجية أو استعمالها مباشرة دون استخدامها فى تقوية الطاقة الخارجية وهى مفيدة جدا فى حالات القتالات المباشرة... أى انك إذا قاتلت شخصا لا يتحكم فى طاقته الداخلية (وهم

كثر) يمكنك إسقاطه فى ثوان دون لمسه أو بضربة واحدة... وهذه الفقرة توضح بعض تدارين الرين التى استطيع قولها لكم

التدريب الأول

من أصعب تداريب الرين وهو الأساس..

قف معتدلا يعنى متوازنا وأغمض عينيك أو افتحهما حسب ما ترى مناسبا وفكر فى طاقتك الداخلية كم هى كبيرة وفكر وتخيل كل تلك الرياضيات التى تستطيع فعلها ومدى صعوبتها قل فى نفسك:

- أنا قوى...... أنا قوى.....

وثق بقوتك الهائلة نعم وستحس أن الوخز بدا ينتشر فى جسمك نعم انه دليل أن طاقتك بدأت تخرج منك ابق على هذا التخيل حتى تحس بجسدك بدا يكبر ويثقل ذلك دليل جيد جدا على انك فى الطريق الصحيح ابق أيضا على هذا التخيل حتى تحس بألم شديد.

انه إحساس غريب جدا .... كلما بقيت فى هذا التدريب أكثر كلما استطعت التحكم فى طاقتك الداخلية .... وستزيد طاقتك الداخلية والخارجية وهذا التدريب يعتبر فقط تمهيد أو البداية فى مرحلة القوة.

التدريب الثانى

انه تدريب لزيادة الطاقة الداخلية ورايتها تمهيدا لتكثيف الطاقة..

قف معتدلا ومتوازنا وأغمض عينيك وتخيل أن طاقتك الداخلية بدأت تخرج حاول أن لا يذهب عقلك مع أفكار أخرى لأن هذا التدريب يتميز بدهاب العقل دائما يعنى يجب عليك تنفيذ التأمل لتصفية العقل من كل الأفكار المهم فى وسط التدريب ستأتيك أحاسيس كثيرة ومتنوعة كالوخز والثقل والكبر والحرارة والتنميل ادا جاءتك واحدة من هذه الأحاسيس اعلم انك فى الطريق الصحيح ابق على

هذا التخيل حتى تتعب ليس حتى تكون عينك ستفتح لوحدها اضغط عليها إن فعلت ذلك.

التدريب الثالث

انه تدريب لديه صلة موثوقة بمرحلة التدقيق ويمهدك لها كما انه يمهدك لأسلوب........ ضوء البرق........ الرائع انه خطير بعض الشىء أى انه يخل بموازين الطاقة فى الجسم إن استخدمته خطا انه أيضا يزيد من الطاقة الداخلية.

فق معتدلا وأغمض عينيك وتخيل أن مركز السرة ينبعث منه بركان طاقة يغطى جميع الجسم وتخيل طاقتك الداخلية وقد زادت قوة واشحنها بالطاقة الكبيرة فى كل دقيقة حاول أن يكون مدى وصول الطاقة كبيرا جدا وأعطه طاقة كبيرة كل مرة تخيل أن طاقتك كلها قد خرجت إلى خارج جسمك لتراها ابق على هذا الوضع ساعة ثم افتح عينيك سترى طاقتك الداخلية عظيمة جدا.....لم ينتهى التدريب

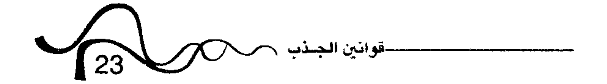
قبل أن تختفى طاقتك حاول أن تجعلها مثل الطاقة المرسومة فى مسلسل دراغون بول يعنى الطاقة ليس شكلها كالقناص بدل شكلها لتصير مثل دراغون بول وتخيلها مدمرة إن لم تستطع فستعذر لان هذا التدريب متقدم جدا ....وهو آخر ما اعرف فمدربى لم يرضى أن يعطينى من هو متقدم عليه حتى أصير أتحكم فى جميع التداريب السابقة.. فى أثناء التدريب ستحس بجميع الأحاسيس السابقة ولكن فى هذا التدريب سيكون التعب أكثر إن أتقنت تنفيذ التدريب.

المرحلة الثانية...الذاكرة

إنها مرحلة معقدة جدا تهدف إلى اشفاء جميع الأمراض والإصابات فى ثوان عن طريق استثمار الطاقة الداخلية لا يرضى مدربى أن يعطينى إلا تدريبين منها سأخبركم بواحد أما الثانى فهو خطير جدا فقد يخل بمسارات الطاقة وتوازنها فى الجسم.

انه تمهيد لتداريب مستوى المحترفين أتمنى أن يعجبكم التدريب.

اجلس تربيعى ويديك على ركبتيك وتأمل ل٢٠ دقيقة ثم أغمض عينيك وفكر بايجابية تجاه إصابتك (أى إصابة)أى انك ستقول إن إصابتك صغيرة وفكر أنها يمكن أن تتعالج بسهولة بعد ١٠ دقائق من هذا التفكير وجه طاقتك الداخلية إلى إصابتك وزد من طاقتك الخارجية تجاه الإصابة لا تتهاون أو يذهب عقلك حاول زيادة الطاقة مع التفاؤل تجاه ذلك حاول تكثيف الطاقة فى تلك الإصابة ثم تخيل أن طاقتك تعالج إصابتك بسرعة كبيرة ابق على هذا التدريب ساعة ستحس بتحسن كبير فى إصابتك هذا ادا لم تختفى نهائيافى أثناء هذا التدريب ستكتشف أن التدريب صعب جدا وقد لا تنجح من المرة الأولى وهذا يفسر عدم إعطائى لكم التدريب الثانى.



هذا التدريب يسرع سرعة علاجك كما يطور تحكمك فى طاقك تجاه إصاباتك كما له آثار أخرى كثيرة خلاص لمرحلة الذاكرة.

المرحلة الثالثة... التدقيق

هى مرحلة معقدة يستطيع متقنوها أن يتفادوا ضربات عشرة من الأعداء فى وقت واحد بدون إحساس.تعطيك قوة تركيز وبديهة عالية وسرعة حركة.

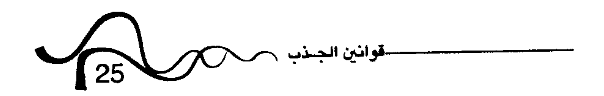
قف فى وضعية متوازنة وجيدة..واخرج طاقتك الداخلية أولا ثم أغمض عينيك تخيل انك سريع الحركة رشيق جدا وان طاقتك الداخلية تمكنك من ذلك وتخيل أن ٢٠ عدوا يضربونك فى وقت واحد وأنت تتفادى كل ضرباتهم ابق على هذا التخيل والتفكير لمدة ثلاث ساعات إن أمكن لان بهادا الوقت يمكن للتدريب أن يعطيك الفائدة أما اقل فلن يعطيك شيئا.

يستلزم هذا التدريب أن تكون تستطيع إخراج طاقتك الداخلية وقتما تشاء من خلال خمس دقائق..

المرحلة الرابعة.....حسن التصرف

هى تلخيص للمراحل السابقة فعندما تتقن القوة... الذاكرة... التدقيق... تكون قد جمعت الطاقة الداخلية والاشفاء من الإصابات فى ثوان وكدالك السرعة والرشاقة وهذا كل ما يحتاجه المقاتل الممتاز........ وتستطيع أن تحسن التصرف فى أى من القتالات وفى أى ظرف وقت ومكان وكما قلت قبلا ليس لهده المرحلة تداريب فقط عليك أن تتقن المراحل السابقة قياس الطاقة الداخلية..

إنها طريقة كاس الماء المعروفة يمكنك الآن أن تقيس طاقتك وان تعرف نوعها أما بالنسبة للقياس فاجلب كاس ماء ثم مد يديك نحوه بحيث يكون هو فى الوسط واصنع كرة طاقة واشحنها بالطاقة



اللازمـة ثم افتح عـينيك وركـز على تحـريك الماء وان كانت لديك طاقة كافية سيتحرك الماء..

أما بالنسبة لمعرفة نوع الطاقة أو بمعنى اصح (كيف تخيلها المتدربون عليها) عليك بجلب كاس ماء ثم ضع فيه ورقة شجر وانتظر حتى تسكن ثم اصنع كرة طاقة بنفس الوضعية واشحنها بطاقة كبيرة جدا ثم افتح عينيك وركز على ورقة الشجر ثم انظر ما سيقع..

إن لم تنجح فى قـيـاس طاقـتك جـرب أن تكثف الطاقة بعد أن تتأمل وجرب مجددا وان لم تنجح فى كل شىء اكـتف فـقط بصنع كـرة طاقـة وحس بمدى الدفع والتجاذب سيكون هذا أحسن من تحريك الماء.

أساليب الرين:

عندما تتقن الرين يعنى انك ستستطيع أن تتحكم فى طاقـتك الداخليـة وعندها سـتسـتطيع أن تصنع أسلوب قتالى طاقى لك وحدك إما كهربى أو تكثيف طاقة أو ضـرب عن بعد أو ضوء البـرق أو تلاعب أو

تخيلوهناك الكثير من الأساليب القتالية التى تعتمد على الطاقة الداخلية مثل اليوجا.

الطاقة الإيجابية والسلبية

إتفق رجال العِلم والفلسفة مع رجال الدين ومنذ قديم الزمن بوجود الطاقة الإيجابية والطاقة السلبية وتأثيرها الإيجابى أو السلبى على الإنسان ومحيطه البيئى والحياتى وبالإضافة إتفقوا بوجود الروح الصالحة والشريرة أو بما يسمى بوجود الملائكة أو الجن والشياطين.

جميع الكتب السماوية المقدسة ذكرت وجود الملائكة الصالحين وبوجود الجن والشياطين. فمثلاً فى الإنجيل المقدس الشيطان أو إبليس جّرب السيد المسيح فى البريّة (أناجيل متى ١٣:١ و١:٤ ومرقس ١٣:١) والسيد المسيح بنفسه أخرج الشياطين من الإنسان ووضعها فى الخنازير (أناجيل متى ٣٢ ـ ٨:٣١، مرقس ١٣ ـ ٥:١٢، لوقا ٣٣:٨) وغيرها من

الأحداث والأمثلة فى الإنجيل المُقدّس. وفى القرآن الكريم هناك الكثير من الآيات القرآنية التى تتحدث عن عمل الشياطين والجن ووجود صورة الجن فى القرآن يؤكد أهمية الموضوع لدى المسلمين. وفى البيوت اليهودية أحد أهداف وضع "المازوزة" فى مدخل البيت وعلى الأبواب الخارجية والداخلية لتقديسه والحفاظ على البيت من الأرواح الشريرة.

علم النفس والفلسفة أكدت وجود طاقة سلبية وطاقة إيجابية محيطة بالإنسان وببيئته وهذه الطاقة فُسِّرت فى بعض الإحيان بأنها ممكن أن تكون طاقة الملائكة أو طاقة الجن. ويمكن أن تلعب هذه الطاقة دوراً أساسياً فى تصرّف الإنسان وهناك الكثير من المراجع التى يمكن أن تراجعها عزيزى القارىء فى هذا المجال.

كيف يمكن أن نشعر بالروح الشريرة؟

الطاقة السلبية أو الأرواح الشريرة ممكن أن تتلبس الإنسان لضعف بُنية طاقته وممكن أن تتلبس

أى مكان أو أى مسكن لضعف الطاقة فى هذا المكان أو المسكن أيضاً. فنحن كبشر يمكن أن نشعر بضعف جسدى ونفسى مرافق ودائم ولكن بدون أى سبب عضوى أو فيزيولوجى وحتى إن خضعنا لعلاج بالريكى نشعر بهذا الضعف الدائم فأحد أسباب هذا الضعف يمكن أن يكون تلبس أو مس. وكم مرّة شعر الشخص بأن قواه تضعف عند دخول بناية أو غرفة أو مسكن معيّن. وكم مرّة يحصل الضعف الجنسى المفاجىء عند الممارسة الجنسية بين الزوجين وبدون أى سبب عضوى. كم مرة شعرنا بصداع وبألم مفاجىء فى الرأس أو بضعف كلّى فى الجسد عندما رأينا أو تكلمنا مع شخص ما. وكم مرة شعرنا بأننا غير قادرين على جمع وتوفير المال بالرغم من كسبنا وربحنا الجيد من العمل، وإلى آخره من الأمثلة والحالات التى لا تفسير منطقى لها.

وفى البيوت كم مرّة إشترينا قطعة كهرباء وفى الأسبوع الأول تعطلت أو تكرار إحتراق المصابيح فى

البيوت وبدون أى سبب، أو أن المياه فى البيت دائمة الخراب والتعطيل. وكم مرة نكون فى حالة فرح وسرور وشعور بالإرتياح وعند دخول بيت أو بناية ما ينقلب هذا الشعور إلى شعور من الكآبة والغضب وبعد مغادرتنا هذه البناية يرجع لنا الشعور الحسن وحالة الفرح والسرور.

كل هذه الحالات تدل على وجود طاقة سلبية فى مكان معين ولها تأثيرها على جسم الإنسان لطبيعة ضعفه من الناحية الجدسية والذهنية والروحانية والنفسية أيضاً. وكما ذكرت سالفاً قد تكون هذه الطاقة طاقة سلبية أو هى وجود روح شريرة تتلبس هذا أو ذلك المكان أو هذا أو ذلك الجسد.

عند وجود هذه الظاهرة هناك الكثيرين ممن يلجأون إلى الرقوة أو ما تسمى التخريج أو القراءة من الكتب الدينية وهناك من يستعينون برجال الدين لتطهير النفوس والبيوت من مثل هذه الأرواح. واليوم بعض العلمانيين الذين فى البداية لم يقتنعوا بهذه

الأمـور بدأوا يقـتنعـون بهـا بعـد أن مـرّوا بـتجـارب شخصية وعملية التطهير المذكورة ساعدتهم.

وفى أحـد تخصـصاتنـا تدربنا وتخـصـصنا أيضـاً على تطهيـر النفوس والبيوت من الطاقـة السلبيـة أو الأرواح الشـريرة فـيـمـا إذا وُجـدت حـيث نسـتطيع تشـخـيص الشـخص الملمـوس بعـدّة طرق من خـلال إستعمال البندول (المذكور فى مواقع ومقالات أخرى راجعها) أو من خلال قضيبى معدن خاصين لتفحّص الشخص أو البيت أو من لون هالة الإنسان (راجعوا مقالة الهالة فى الموقع) ومن خلال طرق أخرى.

طبعاً هذه العملية تتطلب قدرة وطاقة كبيرة جداً من الإخصـائى المتمكن والمتـمـرّس منهـا. وننصـحكم أعزائى بأنه عندما تشعرون بالتغير المفاجىء لديكم أو لأى شـخص قـريب منكم ننصـحكم الإسـتـعـانة بالأخصـائيـين لفـحص الجسد أو لفـحص البيت أو المكتب من أى مس أو تلبيسة معينة لكى تطمئن القلوب والنفوس ونشعر بإرتياح وسعادة. ونحن فى المركز نقدم

طبعاً هذه الخدمة للجمهور المعنى بها، وما عليكم أخوانى وأخواتى القراء الأعزاء إلا الإتصال والإستفسار وسنوافيكم بالمعلومات التى تحتاجونها.

خطوات بسيطة
لزيادة الطاقة الايجابية

أهم المفاتيح للحصول على الطاقة الإيجابية

تصاب السيدات فى غالبيتهن، بين الحين والآخر، بانخفاض الطاقة فى أجسامهن فى شكل لافت ومخيف فى بعض الأحيان، ويؤثر سلباً على مزاجهن فى شكل عام، إذ تبدأ علامات التوتر بالظهور سريعاً ولأسباب واهية، إضافة إلى ظهور علامات التعب والوهن لا سيما على الوجه وحول العينين، ما يحتم على كل منهن العمل سريعاً على إعادة الاشراقة والحيوية وبأسرع وقت ممكن.

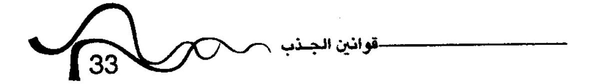
ونركز فى هذا السياق على بعض الأفكار أو الارشادات التى تساعد على الحصول على الطاقة

الإيجـابيـة بسـرعـة فـائقـة، والتى ينصح بهـا أهم المتخصصين فى عالم الصحة.

وتبـدأ الخطوة الأولى، عند الاحسـاس بالتـعب والسلبيـة مبـاشـرة، بالضـحك بصوت عـال، لأن هذه الطريقـة تساعـد الدمـاغ من خـلال إعطائه ذبذبات إيجـابيـة، وبالتـالى تسـهيل الحصـول على الطاقـة الايجـابيـة. ويقـول المتـخـصـصـون أيضـاً، ان هذه الطريقة تعـزز جهاز المناعة وتبعد أمراض القلب وفى الوقت نفسه تبعد الاصابة بالكآبة.

وبعـد ذلك يمكن البـدء باعـتمـاد الرياضـة لأنهـا تسـاعـد على تحـريك الدم وتقـضى على تشنج العـضـلات من خـلال ترخـيـتـهـا، لأن تشـغـيل الـ Metabolism فى الجـسم يعطيـه الأوكـسـجـين اللازم والضـرورى لإنعـاشـه وزرع الطاقـة الإيجـابيـة اللازمة.

ويستحسن باعتمـاد الرياضـة أو أى نشـاط بدنى لمدة نصف ساعة فى شكل متواصل، أو المشى، كل فى



مكانه، بين خمس وعشر دقائق، وهى كافية للحصول على الطاقة المطلوبة، أو القفز على الحبل أو الرقص مع الأطفال وحملهم.

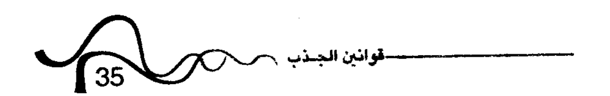
ولا ضير من اعتماد "المساج" أو التدليك من حين إلى آخر، لأنه يساعد على ترخية العضلات وتسريع ضغط الدم فى الجسم. ومن المستحسن عند الشعور بالاكتئاب القيام بتدليك للرأس بطريقة ناعمة وبشكل دائرى مدة دقيقتين متواصلتين، ثم الانتقال إلى الضغط عشر ثوان حول الأذن والتوقف ثانيتين وإعادة الكرّة. ويؤكد المتخصصون أن تدليك الرأس مفيد جداً ولكن يجب عدم الضغط كثيراً.

ويلفت المتخصصون فى هذا المجال إلى أن عدداً كبيراً من السيدات، أو من الرجال، يشعرن بالتعب، والذى يكون ناتجاً فى كثير من الأحيان من قلة الماء فى الجسم، إذ كلما قلت كمية الماء فى الجسم كلما نقصته نسبة الأوكسيجين المطلوبة لدورة الدم الطبيعية فى الجسم، وفى هذه الحال يكون الحل أو

العلاج بشرب ثمانية أكواب من المياه فى اليوم أو ما يعادل ليتراً ونصف الليتر أو ليترين من المياه فى اليوم.

ولا بد أيضاً من الاشارة إلى أهمية التغذية لأنها تؤثر مباشرة على الطاقة الإيجابية، إذ ينصح المتخصصون باعتماد السناك الذكى من مزيج الكاربوهيدرات والبروتين الذى يعزز نسبة السكر فى الدم ويعطى طاقة إيجابية إضافية تدوم ساعات، إلا أنه يجب الانتباه إلى الكمية المتناولة.

ولا ننسى أبداً أن الموسيقى لها حصتها فى إعطاء الطاقة للدماغ، مع ضرورة التركيز على سماع الموسيقى السريعة الايقاع وليس البطيئة، لأن الموسيقى البطيئة الايقاع تساعد على عمل نوع من الاكتئاب الزائد. لذا، ينصح المتخصصون بالبدء مثلاً بسماع الموسيقى البطيئة وتسريعها شيئاً فشيئاً والحصول بالتالى على الطاقة اللازمة للدماغ.



وللحصول على الطاقة الايجابية، هناك طريقة أخرى أيضاً تتمثل بالوقوف فى شكل مستقيم، عند الاحساس بالتعب والكآبة، وشد الجسم بسرعة كبيرة وبقوة والتنفس بعمق لأن الوقوف فى شكل مستقيم يجعل الرئتين تفتحان أكثر مما يجعلها قادرة على استيعاب كمية من الأوكسيجين أكثر من المعتاد فتصل بالتالى كمية كبيرة من الأوكسجين إلى الدماغ، لأن التعب يمكن أن يؤدى إلى تقليل نسبة الهواء فى الجسم وبالتالى جعل الحركة بطيئة.

أفضل الأطعمة لتحسين الطاقة

هل تعرف بأن هناك وجبات خفيفة تحسن من مستويات الطاقة، بينما هناك وجبات تتركنا مستنفذين. المفتاح لإختيار وجبة خفيفة تمنحنا الطاقة ولا تأخذها منا هو فى فهم كيف تثير بعض الأطعمة هذه الطاقة.

إذا لم تكن هذه المقدمة كافية لإثارة شهيتكم، فيكفى أن تعرفوا بأن (الطاقة المستمدة من الطعام تحسن من المزاج).

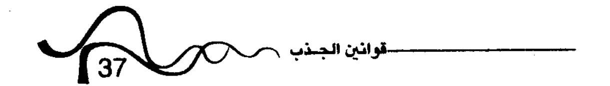
قائمة أفضل الاطعمة لتحسين الطاقة الإيجابية:

الـوز:

الوز غنى بمجموعة فعالة من المواد الغنية بالطاقة المغذية، بضمن ذلك المنغنيز، فيتامين إى، المغنيسيوم، tryptophan، النحاس، فيتامين ب ٢ (riboflavin)، والفسفور. المغنيسيوم المعروف ايضا بالمعدن المعجزة بسبب قدراته المتعددة: بالأضافة إلى لعبه دورا أساسيا لأكثر من ٣٠٠ عملية حيوية، يساعد المغنيسيوم فى إنتاج الطاقة، ويدعم نظام المناعة، ويحسن من نوعية النوم، ويخف ألم العضلات والإجهاد والقلق، ويحسن المزاج.

البـن:

البن ملئ بالكالسيوم، الفسفور، البروتين، tryptophan، المولبدنوم، والخارصين. هو أيضا مصدر عظيم لفيتامينات ب ٢ (riboflavin)، ب ٥ (pantothenic acid)، وب ١٢ (cobalamin). بفضل حالته السائلة،



فهو يحتوى على العديد من المواد المغذية سهلة الهضم، مما يعنى الحصول على دفعة فورية من الطاقة. كما أن وجود البروتين فى البن يعنى بأنه غنى بالطاقة الدائمة.

يوفر البن أيضا للدماغ مادة tyrosine، حمض أمينى يرفع مستويات الموصلات العصبية الدوبامين وnorepinephrine، التى تساعد فى رفع المزاج والقوة العقلية.

الأنانـاس:

الأناناس أحد ثمار الصيف الأكثر شعبية لمذاقها المنعش. لكن إذا تريد سببا أخر لتناولها، فيجب أن تعرف بانها مصدر غنى للمنغيز، فيتامين ج، فيتامين ب١ (thiamin)، النحاس، اليف، وفيتامين ب ٦، هذه الفاكهة الغنية بالعصير تعد وجبة خفيفة ممتازة لرفع مستويات الطاقة.

يحتوى الأناناس على bromelain، الذى يحتوى على عدد من الإنزيمات التى تساعد على تحسين الهضم.

بالإضافة، أكل أطعمة غنية بالسائل مثل الأناناس يمكن أن يساعد على منع الجفاف، المسبب الاول لتراجع الطاقة. الماء ضرورى لكل وظائف الجسم، بضمن ذلك تحويل السعرات الحرارية إلى الطاقة، وأى إنخفاض طفيف فى السوائل يؤدى إلى الإعياء البدنى والعقلى.

وجبات الحنطة الكاملة:

الحبوب الكاملة خاصة الحنطة الغنية بالمواد المغذية الضرورية التى تنشط الجسم والدماغ، بضمن ذلك اليف؛ المنغنيز؛ المغنيسيوم؛ الحديد؛ البروتين؛ الكربوهيدرات؛ وفيتامينات ب ١، ب ٢، وب ٣. الحنطة الكاملة غنية بفيتامينات ب، التى تحارب الإعياء، وتحافظ على مستويات الطاقة، والسكر فى الدم، وتحسين نوعية النوم، والتنسيق بين الاعصاب والعضلات، ورفع المزاج.

النشويات غنية بمادة tryptophan، الحوامض الأمينية الدافعة لهرمون serotonin الكيميائى

الباعث على الإرتياح. الكثير من مادة tryptophan يمكن أن يسبب ارتفاع مستوى serotonin الذى يؤدى إلى الخمول، مع ذلك، يجب اختيار الحبوب الكامل المناسبة، الغنية بالبف، لإبطاء الهضم وتنظيم تدفق serotonin. وهكذا يمكنك الشعور بالسعادة دون إعياء.

الصويا Edamame

هى حبوب صويا مغلية، وهى إختيار عظيم لأنها سهلة الاعداد وغنية بالفائدة. فول الصويا مليئ بالمواد المغذية التى تساهم مباشرة فى رفع مستويات الطاقة بالإضافة إلى المزاج.

يمكن أن يزودك كوب من الصويا بحوالى ١١٦ بالمائة من الكمية اليومية الموصى بها من trypto-phan، الذى يساعد على تنظيم الشهية، تحسين النوم، والمزاج، وهى ثلاثة عوامل تلعب دورا هاما فى مستويات الطاقة.

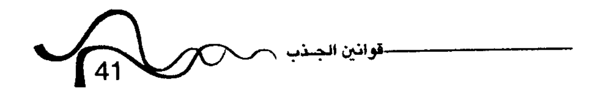
حب الصويا غنى جدا أيضا فى الموليبدنوم، معدن ضرورى يساعد الخلايا على العمل بشكل صحيح، ويسهل إستعمال إحتياطى الحديد، ويساعد على تأيض الدهن والكربوهيدرات، وتحسين مستويات اليقظة، والتركيز، وتوازن مستويات سكر الدم. كل هذه الوظائف ترتبط بشكل حاسم بإنتاج وإستمرارية الطاقة. يساعد الموليبدنوم على منع فقر الدم أيضا.

بالإضافة، حب الصويا مكتظ بحامض الفوليك، وهو مقوى مزاج طبيعى يساعد على زيادة مستويات serotonin وتحسين أعراض الكآبة.

الطاقة الايجابية والفلسفة الصينية

يحتاج كل شخص منا إلى الطاقة التى تساعده على مواجهة يومه بنجاح.

وبحسب الفلسفة الصينية القديمة، فإن «الطاقة الإيجابية» التى تملؤنا، يمكن أن تساعدنا وبشكل كبير على مواجهة معوقات الحياة وصعابها.



ولا يعتبر شعورنا بـ «الطاقة الإيجابية» من الأمور التى يصعب تحقيقها؛ حيث يمكننا أن نساعد أنفسنا على الإحساس بهذه الطاقة من خلال اهتمامنا ببعض الأمور البسيطة.

من منا لا يرغب فى أن تملأه الطاقة الإيجابية التى تساعده على مواجهة الحياة؛ خاصة وأن الحياة بحاجة إلى روح إيجابية وحيوية لمواجهة صعابها؟.

يمكن أن يتساءل الكثير منا عن الحل «السحرى» الذى يمكن أن يملأنا بالطاقة الإيجابية.

وعلى الرغم من أن الحصول على الطاقة الإيجابية ليس أمراً مستحيلاً، إلا أن الكثير منا قد «يتكاسل» فى أخذ المبادرة فى محاولة تحقيقها؛ وبالتالى فإننا يمكن أن نعتقد أن الأمر «مستحيل».

إلا أن الأمر لا يتطلب سوى القليل من الإرادة والانتباه إلى أمور بسيطة فى حياتنا.

وقام الخبراء بتحديد الأمور التى تساعدنا على تحقيق «الطاقة الإيجابية» فى حياتنا، وفقاً لما يعتقده الفلاسفة الصينيون القدماء.

الأعشاب الطبيعية

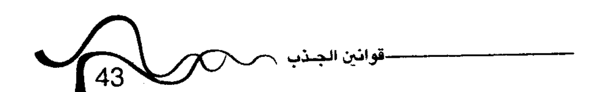
يمكن أن يستغرب بعض الأشخاص أن الأعشاب يمكن أن يكون لها فائدة قوية فى تحقيق الطاقة الإيجابية، إلا أن الخبراء يؤكدون على فعالية عشبة «إكليل الجبل» التى تساعد على بث الطاقة الإيجابية فى الشخص.

ويُعدّ إكليل الجبل من النباتات التى تساعد على رفع الروح المعنوية.

ولتحقيق الاستفادة منه، يمكن أن تستنشق رائحته قليلاً فهو يساعد أيضاً على تهدئة الأعصاب.

التسامح

من أهم الأمور التى تساعد على بث الطاقة الإيجابية داخلنا، هى أن نحقق «السلام الداخلى» مع روحنا.



ومن دون هذا الشعور، فإننا لن نكون قادرين على تحقيق الطاقة الإيجابية.

وهنا حاول أن تتسامح مع نفسك ومع الأشخاص المحيطين بك؛ ففى حال كنت قد اختلفت مع أحد الأصدقاء أو الأقارب، فحاول تقبّل وجهة نظره، وتناقش معه بمنطقية.

أما فى حال كنت قد أخطأت بحق أحدهم، فلا تتردد فى الاعتذار منه.

ويقول الخبراء، إن التفكير السلبى فى أمور مضت، يعمل على «امتصاص» الطاقة الإيجابية.

عشر دقائق مشى لتقول «شكراً»

وفقاً للخبراء ينبغى أن تخصص عشر دقائق فى اليوم لكى تمارس المشى وأنت مركز تفكيرك على الأمور التى أنت شاكر لوجودها فى حياتك.

ويمزج هذا التكنيك البسيط بين الشعور بالامتنان لما تملك والذى يدفع الشعور الإيجابى فى داخلك

وبين فوائد رياضة المشى فى المحافظة على صحة الجسم بشكل عام.

ويساعد هذا التكنيك أيضاً على دفع نسبة جيدة من الهرمونات التى تعزز الشعور بالسعادة إلى الدماغ.

ويعتبر هذا التمرين من التمارين التى تعزز الطاقة الإيجابية، ويساعد على تصفية العقل والروح من الشوائب السلبية.

«تنفس» الطاقة الإيجابية

إن الطاقة الإيجابية تعتبر بين أيدينا، إلا أننا قد لا نعرف أحياناً كيف نشعر بها.

ويقول الخبراء، إن «استنشاق» الطاقة يعتبر أمراً سهلاً؛ فما عليك إلا الجلوس على الكرسى بشكل مستقيم، فارداً ظهرك وأكتافك والتنفس بعمق.

كما أنه من الضرورى أن تدع لعضلات المعدة أن تعمل أيضاً خلال عملية التنفس.

ولكن حاول أن تريح العضلات، خاصة عضلات الرقبة والأكتاف بحيث لا تصاب بالتشنج.

وتعتبر هذه الطريقة فى التنفس من الأمور المهمة التى تساعد على بث الطاقة الإيجابية لتملأك بالحيوية والنشاط.

ومن الأفضل أن تقوم بممارسة هذه الطريقة فى التنفس مرة فى اليوم لبضع ثوانٍ.

وتساعد هذه العملية على إخراج شحنات التوتر والقلق وإدخال الطاقة الإيجابية وبالتالى تشعر بالحيوية والطاقة والنشاط.

اشرب كفايتك من الماء

حاول أن تشرب على الأقل من سبعة إلى ثمانية أكواب من الماء، حيث تساعد على بث الشعور بالحيوية والشعور بالطاقة الإيجابية.

الطاقة والتركيز

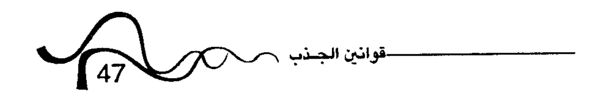
هذه قاعدة جليلة من القواعد الذهبية فى الطاقة البشرية، هذه القاعدة تنص على أن الطاقة حيث التركيز. انتبه لهذه المعلومات فقد تكون من أخطر ما

سمعت فى قوانين الطاقة والجذب والحياة بشكل عام!

تنص القاعدة على أن الطاقة تكون حيث يكون **تركيزك، فأنت عندما تركز على شخص** أو شيء حى **أو جماد أو** ميت **فإن طاقتك تنتقل إليه**. وتخيل عندما **تفكر فى** شخص أنه **يكون بينك وبينه** مثل المسار **الضوئى الذى** نرسمه فى **كتب الفضاء** حول الشمس من مسارات الكواكب، تماما هكذا. حيث يكون تركيزك فإن هذا الحبل أو المسار الضوئى يكون موجودا. الذى يحدث هو أن الطاقة بوجود هذا المسار تبدأ فى الانتقال. ويحدث أربعة احتمالات كالتالى:

(أ) طاقتك إيجابية والطاقة التى تركز عليها إيجابية فسوف تتعاظم هذه الطاقة بينك وبين ما تركز عليه.

(ب) طاقتك إيجابية والطاقة التى تركز عليها سلبية فسوف تنتقل طاقتك الإيجابية لها وبالمقابل تنتقل طاقتها السلبية إليك.



(ج) طاقتك سلبية والطاقة التى تركز عليها، سواء شخص أو شىء آخر، إيجابية، فسوف تنتقل طاقتك السلبية إليها وتنقل طاقتها الإيجابية إليك.

(د) طاقتك سلبية والطاقة الأخرى سلبية فسوف تتعاظم الطاقة السلبية على الطرفين.

إن هذه الاحتمالات تستدعى عدة أمور ينبغى الانتباه إليها، لو أدركتها جيدا فسوف تنبهر لما سيحدث فى حياتك، هاك إياها ملخصة:

١ ـ إن الطاقة تنتقل ما دام التركيز موجودا، بغض النظر عن نوعيتها

٢ ـ إن طاقتك عندما تكون سلبية وتركز على طاقة سلبية فإن ذلك قد يتسبب فى كوارث نفسية وصحية وجسدية

٣ ـ إنك عندما تكون فى طاقة سلبية فإنك تحتاج للتركيز على طاقة إيجابية حتى تعدل فى طاقتك.

٤ ـ إنك عندما تركز على طاقة سلبية، حتى لو كانت طاقتك إيجابية، فيجب أن تنتبه متى قلت

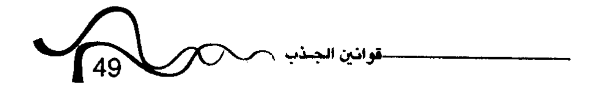
طاقتك وبدأت تنفد من إيجابيتها! يعنى عندما مثلا تفكر فى عزيز لك مريض وأنت فى طاقة إيجابية قوية، لكن كن حذرا من فقدان كل طاقتك.

٥ ـ إنك عندما تركز على طاقة إيجابية وأنت فى طاقة إيجابية فإن هذا قد يثمر طاقة ساحرة قوية وخارقة مثلما يحدث فى طاقة الحب من قبل الطرفين، والصداقات الإيجابية الممتعة، والحب فى الله...

٦ ـ عندما تكون فى طاقة سلبية فاحذر أن تفكر فيمن تحب! إن ذلك سوف يؤذيهم، فعندما تكون خائفا أو قلقا أو حزينا أو مريضا فلا تفكر فى المحبين لتجنبهم الضرر.

٧ ـ عندما تكون عندك طاقة إيجابية فاعمد إلى أمرين، الأول: التفكير فيمن تحب، الثانى التفكير فى شىء إيجابى لضمان استمرار طاقتك الإيجابية.

٨ ـ لا تعتمد على أخذ الطاقة من الآخرين، فهذا مضر جدا لو أدمنت عليه.

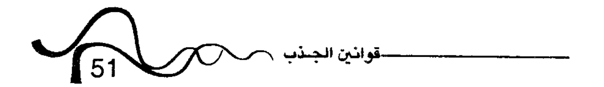


ظهرت مشروبات الطاقة (Energy drinks) على مستوى العالم منذ بضع سنوات لكنها انتشرت بصورة كبيرة وبتسارع ملحوظ. ومشروبات الطاقة هى عبارة عن مشروبات غازية أضيف لها مواد منبهه مثل الكافيين بصورة مباشرة أو غير مباشرة (بإضافة خلاصة نباتية مثل الجورانا Guarana الأساس فيها الكافيين والثيوفللين Thiophilline والثيوبرومين Thiopromine)، كما يضاف إلى هذه المشروبات جذور نبات الجنسنج Ginseng والتورين بالإضافة إلى بعض الفيتامينات وبعض الأملاح المعدنية وبعض المواد الأخرى. وترجع هذه التسمية نتيجة لتأثير محتواها من المواد المنبهة للجهاز العصبى والدورى بالمواد مثل الكافيين والتورين وغيرها من المنبهات حسب نوعها.

ومن المعروف أن مادة الكافيين مادة منبهة للجهاز العصبى والدورى وأنها تحسن القدرة على التركيز

وأداء النشاط الجسمانى بالجرعات المحددة لكل فئة عمرية وعند زيادة كمية الكافيين عن ذلك تحدث زيادة فى ضربات القلب وزيادة فى ضغط الدم. أما فى بعض الأشخاص فإن الزيادة قد تسبب لهم القلق - قلة النوم - الصداع - حرقة المعدة والتقلصات المعدية، وخفقان القلب......... وغيرها، وبالتالى فإننا ننصح بالابتعاد عنها ويفضل تناول المشروبات الطبيعية التى تفيد الجسم مثل عصائر الفواكه الطازجة وتناول غذاء متوازن فإن ذلك هو الطريقة الصحيحة لنشاط الجسم وطاقته.

وكذلك يعتبر عصير البنجر بديلا طبيعيا لمشروبات الطاقة الضارة. حيث كشفت دراسة بريطانية حديثة أن نبات البنجر يعطى الجسم كمية كبيرة من الطاقة الحقيقية والطبيعية فى آن واحد، وتجعل الإنسان قادراً على التحمل والأداء الجسمانى فوق العادى وذلك دون أى آثار ضارة. حيث يعمل عصير البنجر على زيادة احتياطات الجسم من



الأكسجين، وزيادة طاقة الجسم الإنتاجية بنسبة تتراوح بين ١٦ - ٢٠٪، وهذه الميزة تعتبر ميزة فريدة لا يمكن الحصول عليها إلا عبر التدريبات الرياضية ولفترات طويلة. وبالتالى سوف يشكل عصير البنجر بالنسبة لمن يعانون مشاكل صحية أو يرهقون لأقل مجهود مكملاً غذائيا سوف يساعدهم على إنجاز أعمالهم البدنية اليومية دون مشقة.

أما عن النقطة الأخيرة من سؤالك فهو يختص بعلم البايوجيومترى، وهو العلم الذى يستخدم طاقة الشكل واللون والحركة والصوت لإدخال التوازن على أى نوع أو مستوى من مستويات الطاقة الحيوية، والتى ترتبط ارتباطا وظيفيا بالجسم المادى. والأشكال الهندسية التى تتعامل مع الطاقة الحيوية والتى يختص بدراستها فرع العلم المسمى بعلم البصمات الحيوية Biosignatures هى أشكال ذات بعدين أو ثلاثة أبعاد مصممة خصيصاً لهذا الغرض (توازن الطاقة الحيوية على جميع المستويات).

ويمكنك استخدام حرف الـ L الذى هو شكل من الأشكال الهندسية الحيوية والتى لها تأثير قوى على اتزان الطاقة الحيوية مما يجعل له قدرة مميزة وكبيرة على حماية الجسم من الأضرار الخارجية.

خوارق الطاقة الإيجابية

هل فكرت يوماً من الأيام عند إصابتك بأحد الأمراض "ماذا حدث لجسمك؟ " هل حاولت تجربة فكرة الشفاء الذاتى الفعالة التى اكتشفها الطب الحديث بفضل طبيعة أفكارنا وعواطفنا التى تؤثر على مادة أجسامنا وبنيتها ووظائفها، وخلص العلماء خلال تجاربهم أن الشفاء يأتى إلى حد كبير نتاج لأفكارنا بطريقة أو بأخرى.

"أسرار الشفاء" بمفهومها المادى تحدث عنها الفيلم الأمريكى الوثائقى المثير "The Secret". الذى أكد خلاله الدكتور الفيزيائى بين جونسون أن الأطباء اعتمدوا فى اكتشافهم لهذا الأمر على تأثير فكرة

"البلاسيبو"، وهى عبارة عن شىء افتراضى ليس له أى تأثير حقيقى على الجسد كحبة دواء وهمية مكونة من السكر أو شىء ما آخر،ويؤكد الطبيب للمريض أنها العلاج الفعال لمرضه، وما يحدث هو أن "البلاسيبو" ينتج منه نفس المفعول فى الشفاء إن لم يكن أكبر أحياناً من الدواء الذى صمم لذلك المفعول.

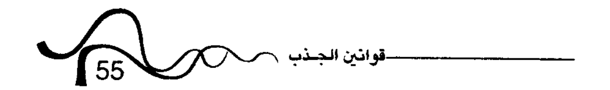
عوامل الشفاء

وبذلك اكتشف العلم الحديث أن الفكر البشرى هو أكبر عوامل فى فنون الشفاء وأحياناً ابلغ تأثيراً من الدواء نفسه، وبين محاولة استكشاف السبب الفكرى وراء المرض وبين استعمال الدواء، يشير د.جونسون إلى أن هذا لا يعنى إغفال دور الدواء فالحالات المتأزمة قد تؤدى إلى الموت، بينما يجب الكشف عما يتعلق بالفكر دون نفى تأثير الدواء فكل شكل من الشفاء له مكان.

وبما أن العلمـاء الأجـانب لا يؤمنون إلا بالمادة، فالأمر لدينا مختلف لأنه دوماً مدعوماً بالإيمان

بالله، فالكون الذى أنعم الله به علينا زاخر بالطاقة الإيجابية النقية والإيمان الذى هو مصدر الطاقة والرضا الحقيقى فى السراء والمرض، ويفسر خبراء الغرب هذا الأمر بفكرة مشابهة وقريبة وهى أنه عندما نسمح لتيار الطاقة الإيجابى أن يدخل إلى الجسم بشكل كلى، نشعر معه دائما بالصحة والخير بل يمكن للإنسان التغلب عن طريقه على المرض، وعندما نضيقه قليلاً لا نشعر بذلك الخير، وتيار الخير "الطاقة الإيجابية" هو الذى يقوم بالسماح للمرض بالدخول إلى الجسم أو طرده.

يقول الفيلسوف الأمريكى "بوب بركتور": أن السر يكمن فى كيفية السماح لتلك الصلة أن تحدث، فهناك أشخاصاً كانوا يعانون من أمراض مميتة، ولكنهم تغلبوا عليها، خلال وقوفهم أمام تقبل فكرة المرض الذى يدل على جسد مستاء وكيفية التعامل مع الأمر.



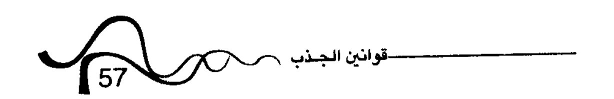
د. "بين جـونســون" يشـيــر إلى أن هناك ألف تشخيص ومرض مختلف وحلقة ضعيفة بينهما وهى "التوتر" التى توضع على السلسلة فيختل توازن نظام الجسم، ويعلق على الأمر: " إن جسـدنا يضع المرض ليعطينا ردة الفعل لإخبـارنا بأن وجهة نظرنا غيـر متوازنة، وإننا غير محبين وغير شاكرين " مشيراً إلى أن إشارات الجسد وبوادره ليست شيئاً فظيعاً كما يعتقد من يصابون بالأمراض.

والسؤال الذى يطرحه د. "مايكل بيكوتش" المحلل الروحــانى هو أنه عندمـا تظهـر بوادر المرض على هيكل الجسـد أو نوع من الضيق فى حيـاة الإنسـان فهل يمكن قلب الحال بواسطة قوة التفكير الصحيح؟ الإجابة جاءت نعم.

والدليل المادى على ذلك كـانت السـيـدة الأمـريكيـة "كاثى مادمان" التى روت تجـربتها خلال فيلم "السـر"

لتكشف أحد أسرار الرضا والشكر للتغلب على أشرس الأمراض التى من الممكن تصيب الإنسان، وذلك عندما شخص الأطباء حالتها بأنها مصابة بمرض سرطان الثدى، ولم يكن لديها طريقة للتغلب على الأمر سوى الشعور بالإيمان الداخلى وأن تقنع نفسها بأنها شفيت تماماً من المرض وتخلص جسمها منه.

وعلقت "مادمان" على تجربتها قائلة: فعلاً بعد قناعتى بذلك، كل شىء انتهى وقد شفيت فعلاً، بعد أن كنت أقول طوال النهار، "شكرا لشفائى" فقط لا غير، واستمررت هكذا دون توقف"شكرا لشفائى".. وآمنت فى قلبى أننى شفيت، ثم أبصرت نفسى وكأن السرطان لم يدخل أبدا إلى جسدى، وأحد الأمور التى عجلت شفائى هى مشاهدة الأفلام الكوميدية، وكانت أسرتى تشاركنى هذا الشعور، كنا فقط نضحك ونضحك، ولم يكن بوسعنا وضع أى توتر فى حياتى لأننا كنا نعلم، أن التوتر هو من أسوأ ما يمكن فعله بينما تحاول شفاء نفسك.



وبالفعل وخلال ٣ شهور شفيت "مادمان" تماماً من مرض سرطان الثدى بدون أشعة أو معالجة كيماوية.

ويقول تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَذُو فَضْلٍ عَلَى النَّاسِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لا يَشْكُرُونَ﴾ *(البقرة: ٢٤٣)*.

كما جعل الله تعالى الشكر صفة له فقال: ﴿وَكَانَ اللَّهُ شَاكِرًا عَلِيمًا﴾، وقال تعالى عن نفسه: ﴿لِيُوَفِّيَهُمْ أُجُورَهُمْ وَيَزِيدَهُمْ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّهُ غَفُورٌ شَكُورٌ﴾ *(فاطر: ٣٠)*.

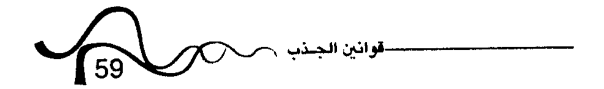
الشفاء الذاتى

ويرجع د. بين جونسون الأمر إلى ما يسمى بالشفاء الذاتى، وهو شبيه بما يحدث عند التئام جرح، أو عند تعرضك لتلوث جرثومى، فيأتى نظام مناعتك ويتدبر شأن تلك الجراثيم فيشفيها، إذا نظام مناعة الإنسان مصنوع لشفاء نفسه، لا يستطيع المرض أن يعيش فى جسد ذو حالة عاطفية متزنة

وسليمة، كما يطرد جسد الإنسان ملايين من الخلايا كل ثانيــة ويصنـع الملايين مـن الخــلايا الجــديدة، والحقيقة أن أجزاء كاملة من جسدنا،تستبدل بكل معنى الكلمـة يوميـاً، تـأخـذ بعض الأجـزاء شـهـوراً، وأجزاء أخرى سنوات، لكن بعد بضع سنوات، نحصل على جسد جديد تماماً، وإن كان لديك مرض وكنت تركز أفكارك عليه وتكلم الناس عنه فستصنع المزيد من الخلايا المريضة.

والمفاجأة أن هؤلاء البـاحثين توصلوا بالعلم إلى تفسيـر الحـديث القـدسى الذى يقـول فيـه العـزيز الحكيم: "إذا ابتليت عــبــدى المؤمن فلم يشكونى.. أبدَلتُه لحما خيراً من لحمه، ودماً خيراً من دمه"

يقول د. جونسون: شاهد نفسك تعيش فى جسد سليم تمامــاً،ودع الطبـيـب يتــابع أمــر المرض.. "لا تشـتكى المرض"، هل تشـعـر بالفـرق بين وجـود ألم المفاصل بجنبيك، والشعور بالخوف منه؟ وبين وجود ألم المفاصل فى جنبيك



والشعور بالأمل بشأنه؟

وفسر جونسون الفرق بين الخوف والأمل بالفرق بين الشفاء وعدمه، فالأفكار الأكثر سعادة تسبب زيادة الكيمياء الحيوية، وبالتالى يشعر الإنسان معها بالسعادة والصحة الجسدية، وثبت أن الأفكار السلبية والتوتر.

تقهقر الجسد ووظيفة الدماغ، لأن أفكارنا وعواطفنا هى التى تقوم باستمرار بإعادة تجميع وترتيب وصنع أجسادنا، لذا ينصح الخبراء على ضرورة إزالة التوتر عن الجسد، ليقوم بما صمم عليه ويشفى نفسه تلقائياً "بأمر الله".

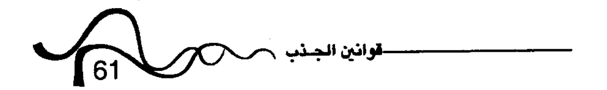
الرجل المعجزة

وشارك الأمريكى "موريس إى" بتجربته الصعبة التى تعد معجزة من المعجزات التى عجز الأطباء عن تفسيرها لإعطاء الأمل لمئات المرضى، يقول موريس: تبدأ قصتى التى غيرت حياتى فى ١٠ - ٣ - ١٩٨١ كان يوماً لن أنساه أبدا، عندما سقطت طائرتى،

ووجـدت نفـسى بعـدها مـشلولاً بشكل كلى فى المستشفى، نتيجة لتدمير كلى للسلسلة الفقرية، وكسر الفقرات الدماغية الأولى والثانية.. دُمرَت حركة ابتلاعى اللاشعورية لم أعد أستطيع الأكل ولا الشرب وتحطم حلقومى، فلم أكن أستطيع التنفس، لم أكن أستطيع سوى ومض جفن عينى فقط، وقال الطبيب أننى سأبقى على هذه الحالة طوال عمرى، كل ما أستطيع فعله هو ومض عينى.

ويضيف "موريس" الذى يلقب برجل "المعجزة":

هذه الصورة التى رأونى عليها لم أفكر فيها ولم أعيرها أى أهمية،المهم كان ما كنت أفكر أنا فيه، كنت أقول لنفسى بصدق "سأخرج ماشياً فى غضون عيد الميلاد شهر ١٢" وتصورت أنى صرت رجلاً طبيعياً مرة أخرى، أخرج ماشياً من ذلك المستشفى، والشىء الوحيد الذى كان لدى حينها أثناء وجودى بالمستشفى كان فكرى، فعندما تملك فكرك، تستطيع إعادة تصحيح الأمور.



ويسترسل موريس: كنت موصولا بجهاز تنفس وقالوا أنى لن أستطيع التنفس بمفردى أبدا لأن حلقومى قد تحطم، لكن بقى ذلك الصوت الصغير يقول لى"تنفس بعمق.. تنفس بعمق"، وذات يوم حاولت التقاط أنفاسى ونجحت فى ذلك بمفردى، وتحير الأطباء من تفسير ما حدث واعتقدوا أن هذا أكبر شىء من الممكن أن أصل إليه، ولكن لم يكن يناسبنى أن أسمح لأى شىء أن يرد فى بالى ويلهينى عن هدفى وعن رؤيتى كشخص طبيعى يخرج ماشياً من المستشفى فى عيد الميلاد، كان هذا هدفى بعد ثمانية أشهر خرجت ماشياً من المستشفى على قدمىّ الاثنتين، بعد أن قالوا أن ذلك كان مستحيلاً، وهذا اليوم لن أنساه أبداً.

ووجه موريس نصيحة لكل إنسان يتألم بسبب مرض ما **وما يمكنه فعله فى الحياة هو أن الإنسان يصير كما يفكر أن يكون.**

■ ■ ■

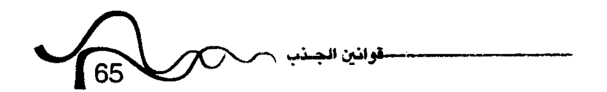
الطاقة
الإيجابية
وقانون الجذب

إن هذا السر يمنحك كل ما تبتغى.. فهو يؤمن لك السعادة والصحة والثروة، تستطيع بواسطته ان تمتلك ما تريد مهما كان غالياً وأن تفعل ما تريد أياً كانت صعوبته.

وقيل أنه السر العظيم وراء هذه الحياة وقد عرف القدماء هذا السر واحتفظوا به لأنفسهم ولم يسمحوا لأحد بمعرفته أو الاطلاع عليه، خاصة وأنهم عرفوا أن من يدرك هذا السر فإنه سيحقق المعجزات بواسطته.

ولشرح السر بشكل بسيط.. فسنقول:

إن كلنا يعمل بطاقة لا نهائية ونرشد أنفسنا بنفس القوانين والطرق الرتيبة، والقوانين الطبيعية ⁎



للكون دقيقة جداً حيث أننا لانجد صعوبة فى بناء مركبة فضاء وإرسال الناس إلى القمر وبإمكاننا استخدام أجزاء من الثانية لتحديد الوقت.

أينما كنت.. فى الهند، استراليا، نيوزيلنده، استوكهولم أو لندن أو حتى نيويورك، أينما كنت فى هذا العالم فإننا نعمل وفقاً لقوة واحدة وقانون واحد.. إنه قانون الجذب.. !

كل مايحدث فى حياتك، حتى وإن كنت تكرهه فإنك تجذبه!!

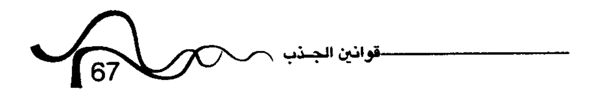
نعم.. إن الذى يجذب كل الصور والأحداث إلى حياتك هو أنت!!

و قانون الجذب هو القانون الذى يكمل الترتيب والنظام الكونى فى كل لحظة فى حياتك وفى كل ما تختبر أو تكتشف مهما كان صغيراً بغض النظر عن ماهيتك أو مكانك فإن قانون الجذب يشكل خبرة حياتك بأكملها.

حتى البابليون القدماء وحضارتهم العظيمة التى تم توثيقها بواسطة الدارسين ؛ عرفوا أنهم استطاعوا أن يقوموا ببناء واحدة من أهم العجائب السبع فى العالم وهى حدائق بابل المعلقة من خلال فهمهم لقانون الجذب وتطبيقاته استطاعوا ان يكونوا أحد أكثر الحضارات ثراءً على مر التاريخ.

وأبسط طريقة لفهم قانون الجذب.. هى أن تتخيل نفسك مغناطيساً يجذب حوله الأحداث والصور، فمثلاً وفى أحيان كثيرة.. تجد نفسك تفكر فى فكرة سلبية تكرهها وتكدر صفاءك وكلما فكرت فيها أكثر زادتك غضباً واستياءً وبدت الأمور أسوأ كثيراً مما كنت تعتقد فى بداية تفكيرك.. !

كل هذا بدأ بفكرة فى ذهنك، وبدأت الفكرة تجذب نحوها الأفكار المماثلة لها لا شعورياً، وفى خلال دقائق من بدء التفكير فى الفكرة السلبية، صار لديك العديد من الأفكار التى لا تحبها وجعلتك ترى الأمر أكثر سوءاً مما تخيلت، وكلما فكرت أكثر



جذبت أفكاراً سلبية مماثلة للفكرة الأولى فى درجة السوء على اختلاف مضمونها.

وقانون الجذب لا يهتم بكونك ترى شيئاً ما جيداً أو سيئاً ولا يهتم بكونك شخص طيب أو خبيث.. فقانون الجذب يرى الشىء نفسه فقط.. الحدث فقط.. بغض النظر عن كونك ترغب به أو لا ترغب به..

مثـال:

حين تقول لنفسك فى فكرة:

أنا لا أريد أن أتأخر على موعد عملى..

كأنك تقول: أنا أريد أن اتأخر..

الحدث هنا هو التأخير على العمل وقانون الجذب لا يلتفت لكلمة أريد أو لا أريد..

فيجب عليك تغيير الحدث كأن تقول: أريد أن أصل مبكراً..

وهكذا...

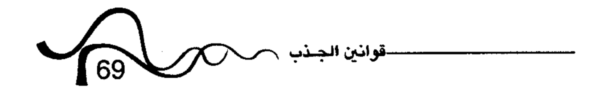
طوال الوقت الذى تفكر فيه فإن قانون الجذب يعمل!!

وعليك أن تعلم أن ما تفكر فيه الآن هو ما سيحدد مستقبلك وقانون الجذب ببساطة يعكس لك كل ما تركز عليه فى تفكيرك ويعيده إليك لتراه حولك..

وبتغيير أفكارك، بإمكانك تغيير أى ظرف حولك، وتستطيع تغيير حياتك كلها بتغيير طريقة تفكيرك فى الأشياء.

الصورة البسيطة للسر

علمت فيما سبق أنك قد جذبت كل ما يحيط بك فى حياتك ويتضمن ذلك الأشياء التى تكرهها، للوهلة الأولى قد يبدو لك هذا شيئاً تكره سماعه لكنها حقيقة.. وستبدأ فى القول أنك لم تجذب إلى نفسك الآخرين الذين يزيدون الحياة صعوبة ولم تجذب لنفسك حادث السيارة الأخير.. ولم ولم ولم..



لكنك فى الواقع فعلت ذلك بواسطة قانون الجذب..

فإن لأفكارك تردد أو موجة ماثل تردد الأحداث السيئة، وهذا لا يعنى بالضرورة أنك فكرت فى الحدث ذاته لكن تردد الفكرة الموجودة بذهنك اتفق مع تردد الحدث.

فمثلاً..

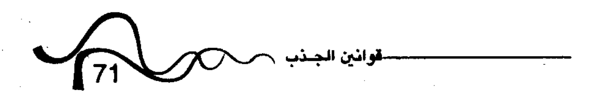
يوجد حولنا من يؤمنون بأنهم فى الزمان الخطأ والمكان الخطأ وأنهم لا يملكون السيطرة على الظروف الخارجية، مما يولد لديهم أفكار الخوف والانفصال والوحدة والضعف، وإن بقيت أفكارهم تلك بشكل مستمر، فإنهم ييجذبون مشاعر الخوف والانفصال والوحدة والضعف ليصبحوا فعلاً فى الزمان الخطأ والمكان الخطأ لأن هذه إرادتهم التى انعكست عبر افكارهم بقانون الجذب فجذبت المشاعر التى يحتاجون إليها إلى أنفسهم لتأكيد فكرتهم أنهم فى المكان الخطأ والزمان الخطأ.

كيف نتحكم فى قانون الجذب؟؟

إن الطريقة الوحيدة للتحكم فى قانون الجذب هى التحكم فى الأفكار، ولكن هل نستطيع فعلاً أن نقوم بالتحكم فى أفكارنا ومراقبتها بشكل مستمر يومى دون توقف ولا راحة؟؟

أتعلم أن العقل البشرى تمر عليه يومياً أكثر من ستين ألف فكرة، مما يجعل التحكم فيها مرهقاً ومستحيلاً، ولحسن الحظ فإن هناك وسيلة أسهل كثيراً للتحكم فى الأفكار وهى المشاعر، فمشاعرنا تجعلنا ندرك ما نفكر فيه وأثره علينا، والمشاعر نوعان إما مشاعر إيجابية طيبة أو مشاعر سلبية مؤذية، وبالطبع فإنك تعرف الفارق بين الاثنين فأحدها يجعلك تشعر شعوراً جيداًو الآخر يجعلك تشعر عكس ذلك.

ولعله من المفيد والبديهى أن تدرك أنه من المستحيل أن تحمل فكرة ايجابية مشاعر سلبية، لأن أفكارك هى التى تتدخل فى نوع مشاعرك، وعليه



فإنه بناء على قانون الجذب فإن الأفكار الايجابية تخلق لك مستقبلاً يرضيك بمسار يسعدك، فكلما شعرت شعوراً طيباً بواسطة أفكارك فإنك تجذب أليك الأحداث الطيبة صاحبة نفس التردد الذى تحمله مشاعر السعادة وأفكارها.. والعكس صحيح.

والآن لننظر بشكل أوسع وأشمل، فماذا لو كانت مشاعرك فى الواقع هى وسيلة اتصال الكون حولك بك لتعرف طبيعة الفكرة فى ذهنك؟؟

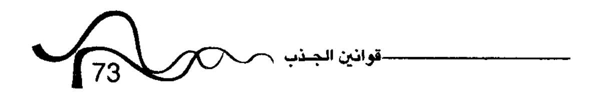
وتذكر أن أفكارك هى السبب الرئيسى فى كل شىء، فعندما تفكر فى فكرة سلبية فإنها ترسل فوراً إلى الكون المحيط بك، وهذه الفكرة تربط نفسها مغناطيسياً بالأفكار صاحبة التردد المماثل، وخلال ثوان تقوم الأفكار بإرسال قراءة هذه الترددات إلى مشاعرك وترجمتها.

حاول فى المرة القادمة إن شعرت شعوراً سلبياً أدى إلى عاطفة سلبية ان تستمع للاشارة التى يرسلها إليك الكون عبر مشاعرك، واعلم انك فى

هذه اللحظة تحجب الخير الذى تحتاج إليه عن نفسك، لأنك على تردد(موجة) خاطىء، يماثل تردد الأشياء التى لاتريدها أن تحدث.

مرت علينا جميعاً أيام أو أوقات كانت الأحداث التى لا نحبها تحدث دفعة واحدة بشكل متتالى، وهذا التسلسل المتتالى كان قد بدأ بفكرة فى ذهنك بغض النظر عن كونك مدركاً لها أو لا، وجذبت هذه الفكرة أفكارا مماثلة لها فى التردد وعلى نفس الموجة.. وبواسطة قانون الجذب تحولت الافكار إلى احداث.

وبإمكانك أن تقوم بإرسال فكرة ذات تردد قوى إلى الكون بحيث تحمل الفكرة قدراً مركزاً من المشاعر الإيجابية والسعادة وسيعكسها لك الكون بقانون الجذب على هيئة أحداث طيبة تسعدك، بإمكانك أن تبدأ الآن فى الشعور بالصحة وبالحب وكل الايجابيات تلك ومع التركيز عليها ستنعكس على



نفسك، وعليه فإن لديك القوة اللازمة لتغيير كل شىء لأنك أنت الذى يتحكم فى أفكارك ومشاعرك وبالتالى تتحكم فى كل مايحيط بك.

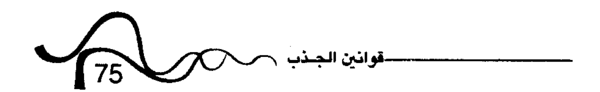
وهناك طريقة لتغيير ما تفكر فيه لحظياً، ولتحويل الأفكار السلبية إلى أخرى إيجابية، هات ورقة وقلماً ثم رتب الأشياء التى تحسن مزاجك والتى تجعلك إذا فكرت فيها تشعر شعوراً ايجابياً طيباً، ربما تكون ذكرى تحبها، أحداث طيبة تنتظر حدوثها فى المستقبل، لحظات مضحكة مع الآخرين، الأشخاص الذين تحبهم ويؤثرون فيك بصدق، الطبيعة الخلابة، موسيقاك المفضلة، وتنقل بين الأشياء بعد ترتيبها لتجد أيها جعلك تشعر شعوراً أفضل وركز عليه حتى تحجب تماماً الفكرة السلبية ومشاعرها عنك، فستكون قد غيرت تردد مشاعرك وأفكارك إلى تردد آخر يجلب السعادة ويجذب الأفكار السعيدة المماثلة فى التردد إليك.

إن الحب هو أقوى المشاعر وأعلاها تردداً فى العالم لذا قيل أنه يصنع المعجزات، فإذا استطعت أن تغلف كل شئ بالحب واذا استطعت أن تحب كل ما هو حولك فإن حياتك ستتغير تماماً.. لأن الحب هو أقوى المشاعر وأعلاها تردداً ولا يجذب سوى المشاعر التى تقاربه فى التردد ويتغلب على كل الأفكار بهذا الشكل، فإن أفكار الحب التى تفكر بها تصنع لديك شعوراً بالسعادة وتجذب إليك الأحداث السعيدة، وكذلك فإن أفكار الحب تنفعك بينما أفكار البغض والكره تضرك كثيراً، لأن الأفكار تؤثر تأثيراً مباشراً على صاحبها ولا تضر غيره.

كيف تستطيع استخدام

الطاقة الإيجابية فى الجذب:

سنتعرف فى هذا الفصل على الطريقة التى يمكننا بها الاستفادة من السر، وسنتعلم كيف نوظفه



لتحقيق ما نبتغى وسنتعلم طريقة رائعة اسمها الإجراء الإبداعى أو العملية الإبداعية وهى التى ستساعدنا فى العمل بقانون الجذب.. كتطبيق واضح على السر.. وعلى استخدامه.

لقد قام الكثير من المعلمين وعلى مر التاريخ بتأليف قصص لتشرح كيفية عمل هذا الكون، ولربما لم يفهم الكثير من الناس حتى عصرنا هذا أن جوهر تلك القصص هو الحقيقة المطلقة للحياة، بالرغم من أن الحكمة التى شملتها جوانب القصة كانت قد تناقلتها الأجيال فى مختلف العصور، بدءاً من وقت تأليفها إلى عصرنا هذا.

مثال: قصة علاء الدين والمصباح السحرى..

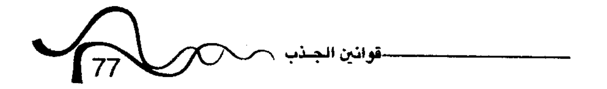
لو فكرنا قليلاً فى قصة علاء الدين والمصباح السحرى، فإننا نجد ان علاء الدين فى كل مرة قام بتدليك المصباح ظهر له الجنى ليحقق أمنياته، وكانت له فى القصة ثلاثة أمنيات فقط، ولكن بالنظر إلى

القصة فإن ما تحقق لعلاء الدين أكثر من الأمنيات الثلاث.. ولنرى كيف يمكننا تطبيق قانون الجذب على تلك لقصة..

فعلاء الدين: هو الشخص الذى يطلب الشىء ويتمناه..

الجنى: هو الحون الذى يستقبل الإشارات ويلبى طلبك، ولقد كان للجنى أسماء كثيرة فى حضارات وثقافات مختلفة، فلربما كان اسمه الملاك الحارس مرة، والنفس العليا مرة أخرى.. ولا فارق أبداً.. لكن الوظيفة واحدة، ولكن خبرتنا كل تلك الثقافات أنه يمكننا أن نطلب ما نشاء من الكون الذى سمى بأسماء كثيرة فى إشارات متعددة إلى الملاك الحارس والنفس العليا مهما كان الطلب صعباً.

وبالنظر إلى هذه القصة العظيمة، نجد أن الإنسان هو الذى جلب لنفسه ما يحيط به، فما حول علاء الدين هو نتاج أمانيه وطلباته التى طلبها بثقة



من الجنى الذى لم يخذله، لكن الكون ـ الجنى فى القصة ـ فى الواقع يفترض أن كل ما تفكر فيه فإنك تريده وكل ما تحدث نفسك به فأنك تريده وهو يجلبه لك بهذا الشكل، لذا قلنا أنه يجب أن نحاول أن نتحكم فى أفكارنا، وهو لا يسألك أبداً عن ما تريد ولكنه يستقبل التفكير المجرد فى أى شىء.

الإجراء الإبداعى ـ العملية الإبداعية (طريقة استخدام السر).

يتكون الإجراء الإبداعى من ثلاثة خطوات..

الخطوة الأولى: الطلب أو السؤال

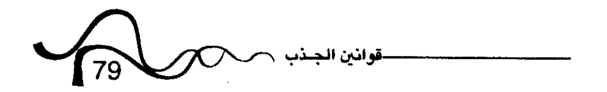
إذا أردت شيئاً وبشدة فإنك أولاً يجب أن تقوم بإصدار أمر إلى هذا الكون، وليكن الأمر واضحاً تماماً وأن تحدد ما تريده، لأنك إن لم تكن واضحاً فى الأمر الذى ستقوم بإصداره فلن يصير قانون الجذب قادراً على تنفيذ ما تريد، وهذا هو الجزء الأهم أن تكون واضحاً وأكيداً فى إصدار الأوامر إلى هذا الكون مادمت

تعرف انك تستطيع أن تكون ما تريد وأن تمتلك ما تريد وأن تحصل على ما تريد بقانون الجذب.

و لا يجب عليك أن تصدر الأوامر أكثر من مرة بخصوص الطلب نفسه، فالكون هو مثل الكاتالوج الذى تطلب ما تريده منه وعندما تشترى قطعة أثاث من كاتالوج مثلاً فإنك لا تقوم بإصدار نفس طلب الشراء لهذه القطعة سوى مرة واحدة، أى أنك تصدر الأمر إلى الكون بخصوص ما تريد مرة واحدة فقط وتثق تماماً بان الكون قد قدمه لك فى مستقبلك الغيبى وأنك حصلت عليه بمجرد الطلب.

الخطوة الثانية: الإيمان أو التصديق

آمن تماماً بأن ما طلبته هو لك فى الواقع، وبانه انطلق فور اصدارك الأمر إلى مستقبلك الغيبى الذى لم تراه بعد، وتصرف كأنك تملك ما أردت وكأنك حصلت عليه بالفعل ويجب أن تمتلىء بالإيمان بذلك وألا تقلق بشأن ما طلبته أبداً، ولا تفكر فى الطريقة التى ستحصل بها على ما تريد، لأن الكون سيرتب



نفسه تلقائياً وسيهىء لك الظروف المحيطة بك لتصل إلى ما طلبت مهما كانت صعوبته، لأنه اذا تضمنت افكارك أنك لا تملك ما طلبت فسيقوم الكون عن طريق قانون الجذب بجذب كل ما يتعلق بعدم حصولك على ما طلبت وبالتالى عدم حصولك عليه فعلاً، ويجب عليك أن تقاوم أفكار الاحباط لأنها ستقف فى طريقك كما وضحنا سابقاً.

يجب عليك فى هذه الخطوة أن تضبط تردد مشاعرك ليناسب تردد امتلاكك لما تريد عن طريق احساسك بانك تملكه فعلاً حتى يستقبل الكون هذه الإشارات ويقوم بجذب الظروف والطرق تلقائياً، ويجب أن يكون تردد مشاعرك قوياً بما يكفى.

الخطوة الثالثة: الاستقبال ـ

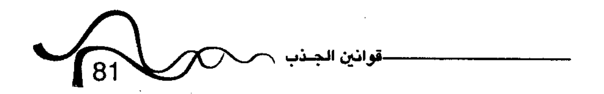
البدء فى الحصول على ما طلبت

يجب أن تستقبل الشعور بالسعادة الناتج عن امتلاك ما طلبت وعن وصولك إليه، حتى يجذب

إليك قانون الجذب المشاعر والأحداث التى يتطابق ترددها مع تردد الأمــر الذى أصـــدرته فى الخطوة الأولى وآمنت به فى الخطوة الثانية، فإن كنت تؤمن بشىء ولا تجد فى نفسك مشاعر متعلقة بهذا الشىء فإنك لن تحصل عليه إلا إذا توجهت مشاعرك نحوه.

وفى هذه الخطوة يجب أن تستقبل الشعور الناتج عن امتلاكك فعلا لما طلبت، لأنك بهذا الشكل تضبط مشاعرك على تردد (موجة) استقبال ما طلبته وبالتالى فإنك تحصل عليه بقانون الجذب.

وجوهر قانون الجذب هنا هو استحضار المشاعر الناتجة عن امتلاكك ما تبتغى حتى نضبط تردد المشاعر مع تردد الأحداث المناسبة لها فى الكون لتجذبها، وبإمكانك أن تفعل ما تريد لتجذب هذه المشاعر إليك، اذهب إلى مكان تحبه أو افعل كل ما من شأنه تقوية مشاعر امتلاك ما طلبت فى خطوة الاستقبال.



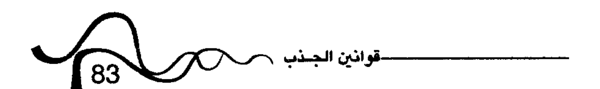
سيلهمك الكون كثيراً تصرفات أو أفعال من شأنها أن تقرب بينك وبين طلبك وأمنيتك، وستشعر بالمتعة فعلاً حين تقوم بها بإخلاص وهذه التصرفات أو المواقف التى تتخذها تعزز مشاعرك فى مرحلة الاستقبال وهى تختلف عن الأفعال أو التصرفات العادية وهو مايطلق عليه التصرفات أو الحركات الملهمة، لأنها تضعك على التردد المناسب مع الكون فى مرحلة الاستقبال.

يجب أن تتذكر دائماً أنك تعمل كمغناطيس يجذب إليه كل شىء وصار الآن من السهل أن تستخدم السر بتطبيقك للإجراء الإبداعى أو العملية الإبداعية

■ ■ ■

العقل الباطن
ودقة المدخلات



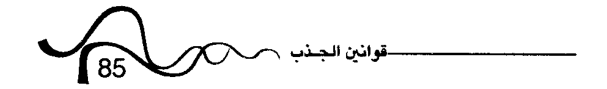


بعض الناس يسخدم عملية التلقين للعقل الباطن بالايحاء لتغيير عادة أو تطوير شخصيتة أو استنباط افكار ابداعية أو حالة مزاجية ويفشل فى تحقيق نتيجة ويفقد ثقتة فى هذا العلم.

- العقل الباطن يتسم بالسذاجة يقبل كل ما تملية علية سواء كان ايجابى أو سلبى وينفذ الرسالة كما تصلة بحذافيرة.

- عندما تبعث لة رسالة ابتعد عن عمومية الكلام مثل كلمة انا قوى فهى كلمة تشمل معانى كثيرة مثل قوة الشخصية أو القوة الجسدية أو قوة الحضور أو قوة الشكيمة.

- اكتب رسالتك دقيقة وواضحة وباسلوب جميل تستريح لة نفسك وبعبارات بسيطة.



- الجزء المهم هو وضع صورة ذهنية لمضمون الرسالة كأنك تؤلف مادة فيلمية هذة الصورة يجب ان تكون مضيئة وواضحة الجوانب (مشرقة) ومحببة إلى نفسك... فالصورة هى توضيح دقيق للرسالة.

- بعد ان تثبت الصورة فى ذهنك وعلى شاشة مخيلتك البسها ثوب الحياة اى كأنها واقع تستشعرة وتحسة اشحن الصورة بالمشاعر والاحاسيس التى تستبطها وتستطيبها والتى تعبر عن روح الرسالة.

- عندما تبدأ العمل صفى ذهنك من اى موضوع اخر وأختر الوقت المناسب.

ومضات الاشراق والايحاء

هى اللحظات السيكولوجية التى تستطيع فيها الاتصال بعقلك الباطن

١ - حالات الانفعالات الغريزية الكبرى(حب - سعادة - نشوة) والسالبة (غضب - خوف - مرض - الم).

٢ - استهداء العقل الباطن (الاسترخاء - التامل).

٣ ـ لحظات الغفوة وهى مرحلة الانتقال من النوم إلى اليقظة والعكس.

٤ ـ لحظات الانسجام الطبيعى والاستمتاع بشىء معين.

كيفية اصدار ايحاء

١ ـ كن على ثقة من النجاح واطرد الافكار السلبية

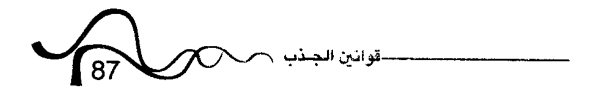
٢ ـ ردد الكلمة بحزم وهدوء وتحديد وفهم للغرض وبصوت تسمعة انت.

٣ ـ يتم النمو الايحائى بالتدريج ويحتاج إلى الوقت والمثابرة مع التكرار اليومى حتى تحصل على نتيجة.

٤ ـ اعتبر الحالة كانك تدخل فى صلاة ففى الصلاة تدخلها بخشوع وايمان فهىء لنفسك الجو العقلى والنفسى للايحاء.

٥ ـ نمق الايحاء بشكل جميل ورددها بانفعال كالتسبيح عند ذكر الله.

اذا استوعبت المعانى السابقة فهذا هو سر الكلمة وقوتها مع ومضات الاشراق.



شروط نجاح الايحاء

١ ـ الا يكون فى جملة الايحاء نفى

٢ ـ لاتذكر فيها صفة سلبية.

٣ ـ تخير لها نغمة ايقاعية بسيطة.

٤ ـ جملة مختصرة ـ مؤثرة ـ واعية ـ وافية للغرض.

٥ ـ يجب ان تشير إلى التدرج المطرد والنجاح مثل (انا اليوم اسعد من الامس ـ قوتى فى زيادة كل يوم .... هكذا).

٦ ـ اذا اترت اية أو حكمة فيجب ان تعى معناها تماما وتفهم كل كلمة فيها.

٧ ـ لا تطلب المستحيل أو شىء صعب المنال.

٨ ـ التركيز ـ اللهفة ذالرغبة ـ ارادة ـ عزم ـ تصميم على موضوع الايحاء.

٩ ـ كرر صيغة الايحاء بحزم وقوة كأنك تصدر اوامر لطفل صغير.

١٠ ـ كـون صـورة فى خيـالك وانت حـاصل على الغـرض من الايحـاء الذاتى ـ اغـمض عـينيك لتـراها كأنها واقع.

١١ ـ استخدم قـوة التحقـيق البصرى التصـورى مصحوب بشعور متزايد انة امر واقع.

استخدام الايحاء للشعور بالقوة

استرخى وتنفس بهدوء وعمق واستشعر قوة اللة من حـولك وعند الشـهيق قل لا حـول ولا قـوة الابالله، قوة الله تغمرنى وتخيل دخول تيار من القوة محسوس يتجمع فى وسط العمود الفقرى ثم ينتشـر فى الجسم كلة من اعلى الرأس إلى اخـمص القـدمـين مع التكرار حتى تشعر بالقوة والحيوية تملأ جوانحك.

هناك محطات تقوية لذبذبات

الايحاء وهى ذات فائدة مزدوجة

هـى ان تدعـم مـوضـوع الايحـاء بذكـر اسـمـاء الله الحسنى التى تدعم حالة الايحاء منها تقوى ايحائك

وايضا لا يلهيك الايحاء عن ذكر الله فمثلاً اذا كان موضوع الايحاء يختص بالغنى أو اى شىء تتمناة فى هذا الموضوع فمن أسمائه الحسنى:

(الكافى..... الغنى.... الفتاح.... الوهاب.... الرزاق.... الكريم..... ذا الطول..... المجيب).

ترددها بالتناوب مع جملة الايحاء.

اذا كانت خاصة بعلم تريد اكتسابه.

(النور.... الهادى.... المبين... العليم.... الخبير).

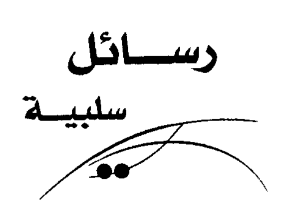
وهكذا تخير لموضوع الايحاء اسم من اسمائة.

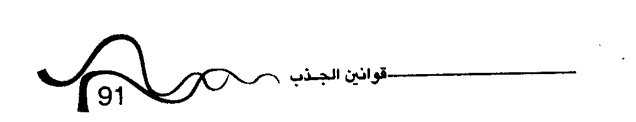
نفعنا الله واياكم بعلمة.

ودعم الايحاء باسم من اسماء الله الحسنى أو اية قرآنية هو اولا استعانة بالله فى قضاء الحاجة ويعطى الدعم والثقة للنفس للتأكيد على الحصول على مراد الايحاء.

■ ■ ■

رسائل سلبية

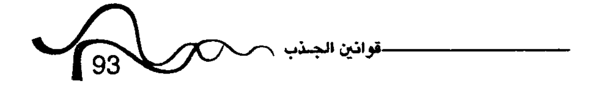




عندما تعمل تاكيد ايجابى وتقول على سبيل المثال.. انا لست فقيرا.. هذا لن يجدى نفعا.. لان مرشحات عقلك لا تركز الا على الكلمة الاخيرة فقط.. وتكون النتيجة المنبثقة داخليا ـ انا فقير ـ العقل الباطن يلاحظ ويبنى على اخر كلمة تقولها..

اذا.. ماذا لو عملت تاكيد سلبى وقلت: انا لست غنيا.. هل سيركز الدماغ على الكلمة الاخيرة وتنبثق تحت ـ انا غنى ـ !!..

.. طبعا.. لا.. لان هناك فكريا هو... لا لا لا.. هنا ما اود الاشارة اليه هو ان التاكيدات الايجابية لا تعمل معك الا اذا كنت مؤمن بما تقول.. عليك ان تكون قادرا على تصديق التاكيدات الخاصة بك



لجعلها فعالة.. وهذا هو بيت القصيد.. كى ينجح اى تاكيد ايجابى نقوم به لابد لذهنك ان يرمى خيارات المقاومة والتصدى للتاكيدات.. انت مجرد تجربة مع افكار جديدة.. بدلا من ان اقول - انا لست كسولا - يمكن تحويلها إلى - انا لست منتج - وطبعا العقل الباطن يركز بدوره على اخر كلمة.. وتكون - انا منتج -.. لكن كما قلت الاهم هو التصديق القوى الذى يلعب فيه اشتعال المشاعر دخلا كبيرا..

... مع كل جملة تاكيدية ذهنك لديه خيارات قليلة تتحكم انت فيها حسب رغباتك.. لان الخيار الاخير هو التركيز على ما تود ان تكون.. اعتقد انه ليس صعبا ان تخدع الدماغ بقليل من الكلمات.. الافكار تبين ان كنت على قيد الحياة وقانون الجذب يستجيب اكثر للعاطفة والمشاعر المتولدة من الافكار... اذا انسجامك الداخلى مع افكارك ذالك هو الحافز الفعلى للجذب.. وهذا هو السحر الحقيقى عندما يبدا فى الحدوث.

شبيك لبيك عبدك بين يديك.. أطلب وتمنى يا سيدى ": عبارة ألفناها على لسان مارد المصباح السحرى فى قصة علاء الدين من وحى قصص ألف ليلة وليلة، ولكن لتلك العبارة صلة الآن بقانون يتبناه مفكرو ثقافة العصر الجديد New Age حيث يصفون ذلك القانون بالسر العظيم الذى استخدمه عظماء التاريخ لتحقيق سعادتهم وأمانيهم فى النفوذ وفى الصحة والمال والعلاقات الإجتماعية وفى إمتلاك المعرفة، ويرتكز ذلك القانون على أن ما يدور فى ذهن الشخص ويشغل باله سيتحقق على أرض الواقع آجلاً أم عاجلاً سواء أكان أمراً جيداً يتمناه أو سيئاً يعبر عن مخاوفه أوقلقه".

يطلق على ذلك القانون اسم قانون الجذب Law of Attractionوهى عبارة استخدمت على نطاق واسع من قبل مفكرى ثقافة العصر الجديد ليشيروا إلى الفكرة القائلة بأن "الأفكار تجلب الفرص" والمبنية

على إعــتــقــاد بأن للأفكار (ســواء أفكار الوعى أو اللاوعى) قدرة على التـأثير فى الأشيـاء من حولنا ليس فقط من خلال التحفيز ولكن بوسائل أخرى كما يقول قانون الجذب:"ما هو مرغوب يمكن أن يجسد نفسه"، ويجد بعض أولئك الكتاب فى ما ورد ذكره فى الكتاب المقدس بعهده الجديد على لسان السيد المسيح أمراً يدعم مزاعمهم فيه،إذ نجد فى إنجيل مرقس:" لذلك أقول لكم كل ما تطلبونه حينما تصلون فآمنوا أن تنالوه فيكون لكم " ـ الإصحاح ١١ ـ عدد ٢٤.

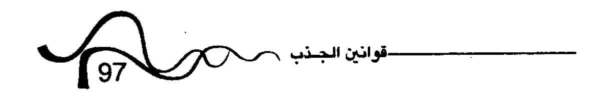
أصبـحت فكرة قـانون الجـذب (التـجاذب) أكـثـر شيـوعاً خـصـوصاً بعد عرض فـيلم The Secret أو "الســر" (شـاهده هـنـا)، وهو فـيلم عُـرض فى عـام ٢٠٠٦ من تأليف كـاتب تليـفـزيونى اسـترالى وإنتـاج روندا بيــرن التى حــرصت على أن يكون الفــيلم منسـجماً مع ما تناوله الكتاب الأكثر مبيعاً والذى حمل نفس العنوان كما ظهرت روندا فى سلسلة من البرامج الحوارية فى عام ٢٠٠٧.

١٨٧٩ - قانون الجذب الغامض

فى عام ١٨٧٩، كانت صحيفة نيويورك تايمز أول صحيفة رئيسية استخدمت عبارة "قانون الجذب" لوصف قاطرات عربات حمل الذهب فى ولاية كولورادو الأمريكية: "تتحرك فى طاعة بواسطة بعض قوى قانون الجذب الغامض التى تتغلب على جميع العقبات التى تعترض تقدمها ناحية وجهتها ".

١٩٠٢ - قانون الجذب جسدياً "طاقة الجذب"

فى أوائل عام ١٩٠٢، برزت تلميحات إلى أمر يشابه قانون الجذب حيث قام جون أمبروز فليمنج وهو مهندس كهربائى وفيزيائى ضليع (يلقبه البعض بمعجزة القرن) بوصف كل المظاهر المنتهية أياً كان نوعها وأياً كان مداها بأنها "طاقة جذب جامحة " تتسبب للكائنات فى "زيادة مطردة فى قوة ووضوح الغرض، وحتى اكتمال عملية النمو والوصول إلى النضج باعتباره أمر واقع ".



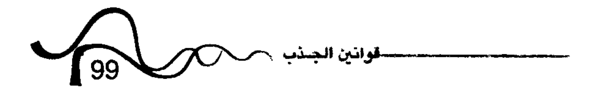
ادعى توماس تروورد، الذى كان له تأثير قوى فى حركة الفكر الجديد New Age Movement ، بأن الفكر يسبق الشكل المادى، وبأن "عمل العقل يزرع تلك النواة التى إذا سُمح لها بأن تنمو دون عائق، فإنها فى النهاية سوف تجذب لنفسها جميع الظروف اللازمة لتتجسد فى شكل خارجى مرئى ".

وفى عام ١٩٠٦، استخدم وليام ووكر أتكنسون (١٨٦٢ ـ ١٩٣٢) هذه العبارة فى كتابه حول حركة الفكر الجديد المسمى "اهتزاز الفكر أو قانون الجذب فى فكر العالم". وفى السنة التالية نشرت (اليزابيث تاونى) وهى رئيسة تحرير مجلة نوتيلوس ماجازاين والتى تعتبر مجلة مهتمة بالفكر الجديد ـ وكتاب بروس ماكليلاند الذى يحمل عنوان "خلال قوة الفكر" والذى لخص فيه المبدأ، قائلاً: "أنت هو ما تعتقد، وليس ما تعتقد أنه أنت".

وقد تبنى كتاب "علم الثراء" الذى كتبه (والاس دى واتليس) العديد من المبادئ نفسها مثل (هل يعتبر هذا توليفة غير لائقة؟)، بأن الاعتقاد حقاً فى رغبة الكائن الخاصة بالفرد والتركيز عليها سوف يؤدى إلى إدراك هذا الكائن أو الهدف على الطائرة المادية (يشير والاس فى مقدمة الكتاب وفصوله اللاحقة أن فرضيته تنبع من وجهة نظر هندية توحيدية بأن الله يَعُم كل شىء، ويمكن أن يقدم لنا كل ما نركز عليه). وبالإضافة إلى ذلك، فإن الكتاب يشير أيضاً إلى أن التفكير السلبى سوف يؤدى لنتائج سلبية.

١٩١٥ ـ ١٩١٩ ـ قانون الجذب فى التصوف

وردت عبارة "قانون الجذب" فى كتابات المؤلفين الصوفيين مثل وليام كوان جادج فى عام ١٩١٥، و **آنى بيسانت فى عام ١٩١٩ وقبل** صدور كتاب "فكر **وأصبح ثرياً" أصدر نابليون هيل** كتاب "قانون النجاح فى ١٦ درس" **فى عام** (١٩٢٨) والذى يشير مباشرة **لقانون الجذب بالاسم مراراً وتكراراً**.



١٩٣٧ ـ كتاب " فكر وأصبح ثريًا"

فى عام ١٩٣٧، نشر الكاتب نابليون هيل كتابه "فكر وأصبح ثرياً" والذى أصبح واحداً من أفضل الكتب مبيعاً على الإطلاق، حيث بيع منه أكثر من ٦٠ مليون نسخة. وفى هذا الكتاب، ناقش نابليون هيل أهمية السيطرة على أفكار الفرد الخاصة من أجل تحقيق النجاح، وكذلك الطاقة التى تمتلكها الأفكار وقدرتها على جذب الأفكار الأخرى. وفى بداية الكتاب، يذكر نابليون هيل "سر" تحقيق النجاح والوعود بوصفها بشكل غير مباشر على الأقل مرة واحدة فى كل فصل من فصول الكتاب. ولم يُذكَر اسمه قط بشكل مباشر بأنه قال بأن اكتشاف ذلك سيكون ذا فائدة أكثر بعداً على أفكار الفرد. وقد تجادل كثير من الناس حول ماهية هذا السر فى الواقع، مع بعض الحجج التى تقول بأنه كان قانون الجذب.

بحلول منتصف عام ١٩٠٠، ناقش العديد من الكُتاب هذا الموضوع والأفكار ذات الصلة، (هل يعتبر هذا توليف غير لائق؟) فى إطار مجموعة من المصطلحات الدينية والعلمانية، مثل "التفكير الإيجابى" و"العلوم العقلية" و"الواقعية المسيحية" و"الفكر الجديد" و" الميتافيزيقيا العملية" و"علم العقل "و"العلم الدينى " و"العلم الإلهى " وكان من بين الكتاب الذين استخدموا هذا المصطلح فى منتصف القرن العشرين هم فلورنس سكوفيل شين (فى عام ١٩٢٥)، وسرى كيه. بارفاتى كومار (١٩٤٢فى عام)، وأليس بايلى (فى عام١٩٤٢)، و أومرام ميخائيل إيفانهوف (فى عام ١٩٦٨).

وأصدرت الكاتبة لويز هاى فى عام ١٩٧٦ كتيب قامت فيه بربط مختلف الأمراض والإضطرابات مع أفكار وحالات معينة للعقل. وفى هذه القائمة التى

ضمنتها فى كتابها الأفضل مبيعاً فى عام ١٩٨٤ والذى يحمل عنوان "يمكنك أن تعالج حياتك"، قامت بالتشجيع على التفكير الايجابى كأسلوب من أساليب الشفاء. وهناك أنصار آخرين لقانون الجذب منهم والاس واتليس، وروبرت كولير، وهيلينا بلافاتسكى، حيث قاموا جميعهم بنشر كتب فى أوائل عام ١٩٠٠.

٢٠٠٦ ـ فيلم "السر" والضجة الإعلامية

فى عام ٢٠٠٦، عُرض فيلم بعنوان "السر" وهو يستند على "قانون الجذب " ثم تم وضعه بعد ذلك فى كتاب يحمل نفس العنوان فى عام ٢٠٠٧. وقد حصل كل من الفيلم والكتاب على اهتمام واسع فى وسائل الإعلام من برنامج "ليلة السبت على الهواء مباشرة" وحتى برنامج "أوبرا وينفرى " فى الولايات المتحدة. وفى العام نفسه أصبح كتاب "قانون الجذب" لمؤلفه هيكس هو الأفضل مبيعاً فى قائمة صحيفة نيويورك تايمز للكتب الأكثر مبيعاً.

وقد أدى نجاح الفيلم والكتب المختلفة إلى زيادة التغطية الإعلامية، حيث خصصت أوبرا وينفرى حلقتين من برنامجها لمناقشة الفيلم وقانون الجذب. وناقش مقدم برنامج "توك شو" لـ لارى كينج هذا الأمر أيضاً حيث تعرض وقتها الإنتقادات عدة حينما أشار إلى المعاناة فى العالم فأخذ يتساءل:"إذا كان الكون يُظهر وفرة فى الفكر المجرد، فلماذا يوجد هناك الكثير من الفقر والجوع والموت؟".

ويعتبر تصريح كينج مشابه للانتقادات القائلة بأن قانون الجذب يعمل فقط لأن معظم الحكايات التى ورد ذكرها فى الكتب والأفلام تدور حول أناس يعيشون فى ظل ثقافة لديها مسارات حياة تسمح لهم التغلب على محنهم، فى حين أن هذا ليس صحيحاً بالنسبة لكثير من الناس فى أنحاء العالم.

٢٠٠٨ ـ كتاب "المال وقانون الجذب"

فى أغسطس ٢٠٠٨، ظهر كتاب استير وجيرى هيكس الذى يحمل عنوان " المال وقانون الجذب"

(التعلم لجذب الصحة والثروة والسعادة) فى قائمة صحيفة نيويورك تايمز للكتب الأفضل مبيعاً.

رأى المتشككين

قانون الجذب هو اعتقاد فى العصر الجديد (العصر المظلم) ينص على أن السلوك العقلى للفرد يجذب الظروف الخارجية والأحداث المشابهة أو بعبارة أخرى تجذب النوايا والمواقف العقلية للفرد الناس والأشياء ذوى النوايا والمواقف المشابهة تجاهه. من جانب ما قد يبدو ذلك صحيحاً أو من البديهيات فنحن نتعلق عموماً بالناس الذين يفكرون مثلنا ويشاطروننا قيمنا، كما أننا نتجنب الناس الذين يختلفون معنا فى المسائل الهامة ولا يشاطروننا قيمنا، لكن لو فكرنا للحظة لاكتشفنا زيف هذا "القانون":

فالباعة لا يجتذبون الباعة الآخرين بل يجتذبون المشترين إلا إذا قاموا بتفعيل نظام الامتيازات (المخططات الهرمية) كما أن الحالمين الكسولين لا

يجتذبون الحالمين الكسولين الآخرين بل يجتذبون المحتالين مع ابتسامات كبيرة وكثير من الوعود. والضعفاء المحزونين لا يجتذبون الأشخاص الضعفاء، بل يجتذبون النسور ومصاصى الدماء الذين يستفيدون من حزنهم وإذا قلنا أن كلاً من الحزن والجشع هى من السلبيات عندئذ يدعم هذا المثال قانون الجذب.

ثم أنه يستحيل اختبار هذا القانون إضافة إلى أن طريقة عرضه هى طريقة مراوغة للغاية فهو لا يملك أى مضمون ذو دلالة نظراً إلى العديد من التناقضات الواضحة فيه. وحينما لا يُقابل اللطف بلطف أكثر بل يُقابل باستياء فإن المدافعين عن هذا القانون "قانون العصر الجديد (المظلم)" لديهم مبرر دائم للخروج وهو زعمهم بأنه لم يكن لطفاً حقيقياً.

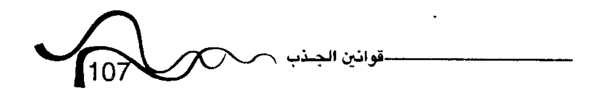
وأحد المروجين الرئيسيين لهذا الاعتقاد هو جارى زوكاف الذى يقول فى كتابه Dancing Wu Li Masters:

"كل شخصية تلفت انتباه شخصيات أخرى بمقدار وعى مشابه أو ضعف مشابه. حيث تجتذب وتيرة الغضب وتيرة غضب مشابهة، كما تجتذب وتيرة الجشع وتيرة جشع مشابهة، الخ. وهذا هو قانون الجذب. السلبية تجذب السلبية تماماً كما يجذب الحب الحب. لذلك يكون عالم الفرد الغاضب مليئاً بالناس الغاضبين، كما يكون عالم الفرد الجشع مليئاً بالناس الجشعين، ويعيش الشخص المحب فى عالم من الناس المحبين".

القانون المسمى بـ "قانون الجذب" هو نوع من القوانين التى يجدها العديد من الناس جذابة فهو يغريهم بوهم السيطرة على حياته فكل ما يريدون القيام به هو تغيير مواقفهم ونواياهم لجذب المال كالمغناطيس (أو فقدان الوزن أو أى شىء آخر يريدون تحقيقه) فإن لم يكن ذلك فعالاً فعندها سيكون ناتج عن خطأهم لأنهم لم يغيروا مواقفهم ونواياهم بصدق! وماذا يقول المعالجين الصادقين عن أولئك

الذين لا يحصلون على الشفاء؟! هل هذا عائد إلى عدم إمتلاكهم لقدر كاف من الإيمان!

ـ إذا أراد الفرد أن ينجح فى شىء، فليضع خطة عمل ويحدد ما يريد تحقيقه فى قائمة، ويحدد أيضاً ما يجب القيام به لتحقيق أهدافه فى الترتيب الذى يجب عليه القيام به. وتحديد كيفية قياس النجاح فى كل خطوة على طول الطريق. ويجب عليه التخلص من أى شىء فى القائمة يتطلب الانتظار السلبى لشخص آخر قبل المتابعة. وإذا لم يتمكن من تحقيق أهدافه دون مساعدة من الآخرين، فيجب عليه اختيار أفضل الأشخاص الممكنين لمساعدته والإنصات إليهم عندما يقدمون المشورة. ثم ينتقل لأسفل القائمة ويتحقق من كل بند تم تحقيقه. وإذا لم يكن ممكناً تحقيق بند معين، لا يجب عليه إلقاء اللوم على الآخرين. ولكن عليه أن يأتى بخطة بديلة ثم الانتقال إلى البند التالى. وعند تحقيق كل الأهداف، ينبغى عليه تخطيط قائمة أهداف أخرى



والبدء من جديد. ووصول الفرد إلى هدف ما هو عادة لا يكون مُرضياً كالسعى بجهد لتحقيقه. وعلى أية حال، بعض الأهداف لا تستحق التحقيق. ويُفضل قيام الفرد بإعادة النظر فى أهدافه بصورة منتظمة ويتخلص من الأهداف التى تكون غير ذات قيمة.

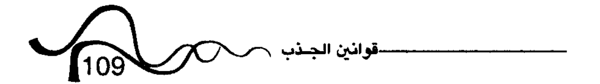
ـ على المرء أن يتذكر بأن كل من يعده بوافر الثراء والصحة والحب والسعادة أو يدعى إمتلاكه لمفاتيح أسرارها فإنه يكذب عليه، لذلك عليه أن لا ينخدع بإعلانات مثل: "فلتصبح ثرياً" وغيرها من الإعلانات، فالقاسم المشترك بينها هو أنها لا تخبرك بما عليك القيام به لتحقيقها، المهم فى نظرهم هو زيادة إنجذابك إلى كتبهم وأفلامهم وإعلاناتهم على الإنترنت لتحقيق حلمهم هم فى الثراء فعندئذ تكون أنت الضحية المنجذب إلى قانونهم. وهذا أمر مؤسف.

رأى العلم

ومن الجدير بالذكر أن الأدلة العلمية لا تؤيد مزاعم قانون الجذب، حيث ينظر إليه على أنه يمثل

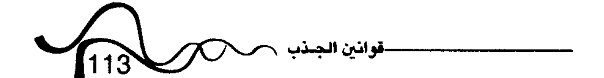
انتهاكاً للمبادئ العلمية وفهم الكون إذ يمكن اعتباره ضرباً من الوهم الناتج عن الاتصال بين الثقة بالنفس والنجاح أو تصور الفرد على غرار تأثير العلاج الوهمى.

■■■



التنويـم
المغناطيسى
وعلاقته بالطاقة

معظمنا سمع عن التنويم المغناطيسى Hypnosis والكثير منا ربط تلك الكلمة بممارسات السحر الأسود أو إمتلاك قدرات خارقة أو استخدامه لغرض إيذاء الناس الأبرياء وربما تعود تلك الأفكار إلى التأثر بالأفلام والراوايات فى الماضى وعلى الرغم من قدم ممارسته إلا أنه ما يزال يشكل لغزاً من خفايا العقل البشرى، فما هى حقيقة التنويم المغناطيسى؟ فى الواقع لا يعلم الأطباء النفسانيون ماهية التنويم المغناطيسى بالضبط، ولكن الغالبية العظمى منهم يتفقون على أن التنويم المغناطيسى هو حالة إنتقال أو حالة أخرى تختلف حالة الوعى ولعل من أهم خصائص تلك الحالة هى تركيز الإنتباه



بشدة والإنفتاح المتزايد على المقترحات التى يعطيها من يقوم بالتنويم المغناطيسى.

نبــذة تاريخيــة

يعتبر التنويم المغناطيسى أو الإيحائى من أقدم طرق المعالجة النفسية عبر التاريخ، فالعائلة الملكية فى مصر الفرعونية استخدمته لمعالجة حالات الإكتئاب الناتجة عن الأمراض وكان للمعالجين سمعة ومكانة كبيرة فى مصر القديمة لأنهم كانوا يدعون إمتلاكهم لقوى خارقة تساعد فى شفاء الناس من خلال الإيحاء. كما لعب التنويم المغناطيسى دوراً هاماً لدى الهندوس القدامى حيث كانوا يكرسون نوعاً من المعابد تسمى بمعابد التنويم لهدف معالجة الأمراض التى لم تنجح فيها طرق الشفاء التقليدية آنذاك واكتشف علماء الآثار كتاباً قديماً بعنوان "قانون مانو" الذى أورد ثلاث مستويات مختلفة من التنويم المغناطيسى وهى: النوم فى حالة النشوة والنوم العميق والمشى خلال النوم.وحسب ما هو معلوم لم يتعرف الغرب إلى التنويم

المغناطيسى إلا بعد الدكتور فرانز ميسمر فى الذى عاش فى القرن الثامن عشر (١٧٣٤ ـ ١٨١٥) وهو فيزيائى نمساوى، قام الدكتور ميسمر فى التحقيق فى تلك الظاهرة التى دعيت باسمه الميسمرية وما زالت تلك الكلمة تستخدم لحد الآن. لكن كلمة التنويم المغناطيسى Hypnosis لم تظهر إلا بعد أن صاغها جيمس برايد وهو جراح اسكتلندى، قدم برايد نظرية مفادها أن الإستمرار فى التحديق فى جسم متحرك أو ثابت لفترة من الزمن ستؤدى بدخول الشخص إلى حالة من اللاوعى وهذه الحالة لا تعتبر نوماً وإنما حالة تفصل بين الوعى واللاوعى وبعد ذلك الإكتشاف وصف جيمس برايد على أنه "رائد التنويم المغناطيسى".

حقائق عن التنويم المغناطيسى

ـ التنويم المغناطيسى ليس له فى الحقيقة أية علاقة بالنوم أو فى المغناطيس.

ـ يصبح صوت المنوم هو المسيطر الوحيد على شعور ووعى النائم ايحائيا.

ـ يخفض المنوم صوته شيئا فشيئا حتى لا يكاد يسمع ثم يكرر عبارات مهمة تحوى كلمات مثل: نائم ـ حالم ـ مسترخ، ثم يبدأ فى ادخال صور تتولى عملية تعميق التنويم.

ـ مثال لحالة بسيطة وشائعة للتنويم المغناطيسى: نقوم بتنويم شخص ما مغناطيسياً ونوحى له ان الماء الذى سيرتشفه سيكون ممتلئاً بالفلفل بعدها نوقظه من النوم سيبصق الشخص حينئذٍ باشمئزاز ولن يكون بمقدور أى إنسان فى العالم أن يبعد عن ذهنه هذه الفكرة وبغية انتزاعها منه يتوجب تنويمه مجدداً.

ـ الشخص الواقع تحت التنويم المغناطيسى لا يقوم باى عمل لا يريده حيث لا يمكن اجباره على القيام باعمال لا يرغب بها.

ـ اثناء عمليه التنويم ان الشخص يبقى مفتوح العينين وانه يستوعب جميع ما يدور حوله ولكنه لا يستطيع الاجابه الا على الشخص القائم بعمليه التنويم المغناطيسى.

ـ من يقوم بالتنويم المغناطيسى عليه أن يكون على دراية وخبرة كافية وأن تتصف شخصيته بالوقار والاحترام والمحبة حتى يستطيع أن يهيمن على الآخرين بما يمتلك من قوة الشخصية والارادة.

هل ينجح التنويم المغناطيسى على أى شخص؟

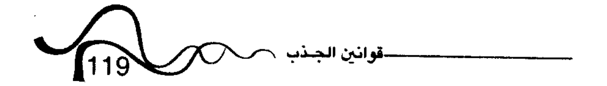
لا يمكن إجراء التنويم المغناطيسى على أى شخص، فقد وجدت الدراسات أن حوالى ١٠٪ من الناس لا يستجيبون إلى أية محاولة للتنويم المغناطيسى، ونسبة تتراوح بين ٥ إلى ١٠٪ يدخلون فى حالة عميقة من التنويم المغناطيسى، ففى عام ١٩٧٠ وجد الباحث النفسانى إرنست هيلغارد أن الأشخاص الأكثر تأثراً بالتنويم المغناطيسى هم

الواثقون من أنفسهم والمنفتحون ذهنياً والموضوعيون فهم قادرون على الدخول فى تجارب تخيلية، كما وجد هيلغارد أن الأشخاص الذين يستجيبون للأوامر خلال جلسات التنويم المغناطيسى هم من الذين عاشوا طفولة قاسية ولقوا عقاباً لذلك يميلون إلى العيش فى الخيال ليبتعدوا عن ظروف حياتهم الصعبة فى الماضى وبالتالى يمثلون أفضل موضوع لدراسة تلك الظاهرة.

هل يمكن الوثوق بإفادة
الشاهد الذى جرى تنويمه مغناطيسياً؟

ما زال استخدام التنويم المغناطيسى يثير جدلاً يتعلق بمدى صدق التفاصيل التى يرويها الشاهد أو الضحية خلال جلسة التنويم المغناطيسى، يقول الدكتور أورنى وهو بروفسور فى علم النفس من جامعة بنسلفانيا فى الولايات المتحدة الأمريكية: "الزعم بأن استخدام التنويم المغناطيسى كاف

لاسترجاع الكثير من تفاصيل الذكريات المخبأة ما زال أمراً مشكوكاً فيه إلى حد بعيد". وفى إحدى القضايا حذر الدكتور أورنى من قبول شهادة شخص قبل بدء جلسة المحاكمة لأن الشرطة أجرت له عدداً من جلسات التنويم المغناطيسى، لأن بعض الخبراء يعتقدون أن تلك الجلسات تساهم أيضاً فى غرس ذكريات جديدة لم تكن موجودة أصلاً فى عقل الشخص قبل تنويمه وهى ناتجة أصلاً عن إيحاءات من قام بتنويمه وبناء على ذلك لا يعتبر التنويم المغناطيسى وسيلة موثوق بها فى المحاكم أو للوصول إلى الحقيقة الكاملة لما حدث بالفعل.



التنويم المغناطيسى والإختطاف

من قبل المخلوقات الفضائية

استخدم التنويم المغناطيسى أيضاً لمعرفة تفاصيل حالات الإختطاف أو الإغتصاب التى حدثت لبعض الأشخاص، ولعل أشهر حادثة كانت بارنى هيل

وزوجـتـه اللذان صـرحـا خـلال جلسـات التنويم المغناطيسى عن اختطافهما من قبل مخلوقات غريبة عندما كانا فى رحلة فى سيارة، فوصفا المركبة الفضائية التى نقلا إليها وتفاصيل تلك المخلوقات حيث أفاد بارنى أن المخلوقات أخذت عينة من سائله المنوى وزوجته تعرضت لأداة إسطوانية كانت موضوعة على سرتها، ولكن بعض علماء النفس يفسرون ذلك على أنه تأثر بما قرآه من راوايات خيالية ظهرت فى العقل اللاواعى خلال جلسات التنويم فهم لا يعولون كثيراً على تلك التفاصيل التى أدليا بها خلال جلسات التنويم المغناطيسى.

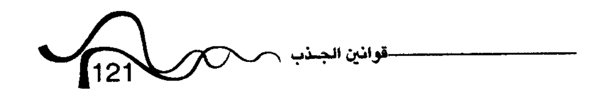
التنويم المغناطيسى كعلاج

حـاليـا يستخدم القليل من الاطباء وخاصة النفسيين التنويم المغناطيسى لعلاج مشاكل الاعصاب والارق والصداع وادمان الكحول أو المخدرات حيث يشترطون وجود احد اقارب أو اصدقاء الشخص

معه. كما يستخدم التنويم المغناطيسى أيضاً من أجل للتخلص من التدخين والكحولية والتثبيط الجنسى والخوف والشعور بالدونية ومن بعض الآلام النفسية والجسدية. وتقوم هذه الطريقة على خلق صورة عن الذات تندمج تدريجياً مع الشخصية بحيث يصبح الإنسان ما يريد أو ما يفكر فيه. ويهتم بعض الأطباء الأميركيين منذ بعض الوقت بالتنويم المغناطيسى الذاتى وهى تقنية مشتقة من الإيحاء الذاتى تساعد بشكل جاد على صقل الشخصية والتحرُّر من بعض العادات السيئة واكتساب أخرى أكثر ملائمة.

تحذير:

يمكن للتنويم المغناطيسى أن يكون خطراً خصوصاً إن جرت ممارسته من قبل شخص لا تتوفر فيه الخبرة الكافية، لذلك لا تقوم بإجرائه على نفسك أو أشخاص آخرين دون أن تتعلم المزيد عنه وعلى يد خبير.



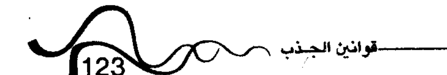
فى أواخــر القــرن الـ ١٩ أقــيــمت العــديد من الدراســات السيكولوجية (النفسيـة) حول مـا يطلق عليـه الإدراك الخـفى Subliminal Perceptionعند الانسان. وكان أشهرها تلك التى قام بها علماء مثل: " ج.ك أدامس" و" س. فــيــشــر " و"ب. ســيــديس" و"س.س بيــرس" و" ج. جــاســتــرو " و" و. بوتزل " وغيرهم الكثير ممن درسوا هذه الظاهرة.

وقد بدأت الأبحـاث تشير بشكل واضح إلى وجود مستويات متعـدّدة من "الوعى" عند الإنسان تحدث حتى فى حالة النوم أو التخدير الجراحى حيث يمكن للإنسان خلالها أن يدرك أمور كثيرة من حوله ويمكن لهذه الأمور أن تؤثّر فيه نفسياً أو جسدياً بشكل غير شعورى، ومؤخراً بدأت تصدر توصيات للأطباء بعدم التحدّث عن حالة المريض فى حضوره حتى لو كان فى حالة التخدير التام لأنه يدرك كل كلمة يقولونها أو أنه يتفاعل لا شعورياً معها على الرغم من نومه العميق.

توالت الإختراعات التى تعمل على إرسال موجات صوتية أو مرئية للعقل وكان من أهمها:

١ - جهاز تاتشيستوسكوب TachistoScope

يشبه هذا الاختراع جهاز العرض السينمائى حيث يعمل على إرسال أمواج صوتية أو مرئية إلى الدماغ من خلال الأذن أو العين بسرعة أو تردد مرتفع بحيث لا يُسمع بالأذن المجردة أو يُرى بالعين المجردة، وتم تجربته على مجموعة من المتطوعين لدراسة ردود أفعالهم خلال رؤيتهم لهذه الصور التى تعرض عليهم بسرعات مختلفة. وكانت النتيجة مدهشة للعلماء اذ استطاع المتطوعون التعرّف على الصور وتمييزها والإستجابة لها حينما تعرض عليهم بزمن خاطف لا يتعدى ١ على ١٠٠ من الثانية، أى على شكل وميض (Flash) وكان تفاعلهم معها لاإرادياً ثم قاموا بتجربة الجهاز على الحيوانات وتوصلوا أيضاً



إلى نتيجة مشابهة، فكلاً من الإنسان والحيوانات استطاعا تمييز أى صورة أو كلمة أو شكل أو غيرها إذا مرّت فى مجال النظر بسرعة خاطفة تصل إلى ١ إلى ٣٠٠ من الثانية، لكن الأمر الأهم هو أن هذه الصور الخاطفة التى لا يراها ويميزها سوى العقل الباطن هى أكثر تأثيراً على تصرفات الفرد وتفكيره من تلك الصور التى يراها العقل الواعى فى الحالة الطبيعية!

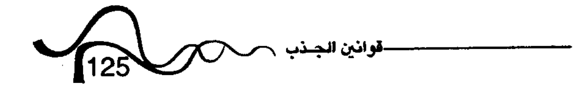
تطبيقات فى الإعلان

جذبت هذه الابحاث إهتمام " جيمس فيكارى" المتخصّص فى مجال التسويق والترويج الإعلانى ففى عام ١٩٥٧ استخدم جهاز "تاتشيستوسكوب" فى إحدى دور السينما فى نيويورك، حيث عرضت عبارات مثل:

- "... هل أنت عطشان؟.. اشرب كوكاكولا ".
- " هل أنت جائع؟... كل البوشار..."

وكانت تلك العبارات تظهر بشكل خاطف كل ٥ ثوان بشكل خاطف ولمدة (١/٣٠٠ من الثانية) على الشاشة أثناء عرض الفيلم مع أن الحضور لم يلاحظوا تلك العبارات الخاطفة خلال مشاهدة الفيلم، وبعد ٦ أسابيع اكتشف "فيسارى خلال مراقبته لعملية البيع فى الاستراحة الخاصة لدار العرض أن نسبة مبيعات مشروبات الكوكاكولا والفشار قد ارتفع بشكل كبير بعد هذا الاكتشاف المثير الذى راح يتنقّل بين المؤسّسات الكبرى والشركات التجارية والإعلانية ليعرض عليها فكرته الجديدة التى أسماها "الإعلان الخفى" Subliminal Advertisement.

-وقد تناولت وسائل الإعلام هذا الاكتشاف الخطير باهتمام كبير فظهرت معارضة مفاجئة لهذه الفكرة الخطيرة، وأعلن مجلس الشيوخ الأمريكى أنه يجب ضبط هذه الوسيلة الخطيرة، ويجب إصدار قانون خاص يحكم هذا المجال ويستوعبه من أجل حماية



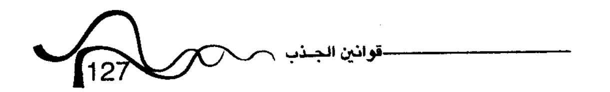
"الشعب الأمريكى"، لكن بعد فترة من الزمن (١٩٥٨) ووسط هذه البلبلة الكبيرة ظهر "فيكارى" فجأة على شاشة التلفزيون وبدا شاحب الوجه وكأنه يتلفظ بكلمات مجبوراً عليها، وصرّح بأن ما يسمى بـ " الإعلان الخفى" الذى ابتكره ليس له ذلك التأثير الكبير على عقول الناس وأن نتائج دراسته كان مبالغ بها ثم اختفى دون ان يترك اثراً!

٢ - جهاز نيوروفون Neurophone

كان باتريك فلاناغان " شاباً طموحاً فى الـ ١٤ من عمره واستطاع فى الستينيات أن يخترع جهاز الكترونى بدائى مؤلف من مواد المطبخ، كانت المجسات التى استخدمها تتألف من ليفة الجلى النحاسية المعزولة بكيس نايلون وقام بوصل المجسات إلى محلول موصول بمضخم هاى وهو اداة لإعادة إرسال الصوت المستقبل بدقة فائقة وسمى الجهاز بـ نيوروفون ثم قام بوضع مجسات على صدغيه مكنته

من سماع أصوات المارّة من الجهاز فى داخل دماغه دون ان يوصله بسماعات، وكانت المجسات هى المنفذ الوحيد للموجات الصوتية. وتوالت ابتكاراته فاصبحت تتكون من دارات الكترونية معقدة بحيث يصدر من الجهاز ترددات صوتية تضبط أوتوماتيكياً وتمكن فاقد السمع من سماع ما يقال له فى دماغه بوضوح ولما اتجه إلى مكتب تسجيل براءة الاختراع رفضت الهيئة تسجيله ظناً منهم بأنه قد يسبب خطراً صحياً على مستخدميه.

- وبعد ١٢ سنة تم منح الجهاز براءة الاختراع بعد ان جرب الجهاز احد الموظفين فى المكتب الذى كان اصم فاستطاع من خلاله سماع كل ما كان يقال له وبذلك تم الاعتراف بجهاز نيوروفون ولم يكتفى فلاناغان بذلك فقام بتطوير الجهاز بحيث يمكّن الشخص من تخزين كميات هائلة من المعلومات فى ذاكرته الخفية (الذاكرة الطويلة الأمد) دون أى مجهود منه وقد سماها عملية " التعليم الخفى".



ـ وبعـد تقـديم هذا الجـهـاز إلى مكتب براءات الاختـراع صـودر مـن قبل وكالة المخابرات العسكرية وصنف كإحدى أسـرار الدولة الإستراتيجية ومنعوه من متابعة البحث فى هذا المجال أو حتى التكلّم عنه لأحـد، لمدة ٥ سنوات كـاملة وهناك اخـتـراعـات صودرت منه تماماً ومنع من الحديث عنها.

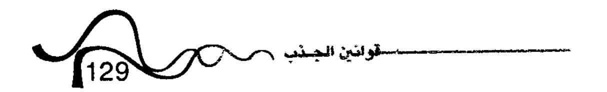
٣ ـ اختراع هال س بيكر

فى العام ١٩٧٩ ابتكر البروفيسور " هال.س.بيكر " جهاز خاص ساعد الكثير من المتاجر الضخمة (السوبر ماركت) فى كندا والولايات المتحدة فى القضاء على أعمال السرقة والنهب من رفوفها المتعددة وقد زوّدت هذه المتاجر بأجهزة البروفيسور "بيكر" التى هى عبارة عن آلات صوتية خاصة تصدر موسيقى هادئة (سيمفونيات كلاسيكية)، لكنها تطلق بنفس الوقت رسائل مبطّنة تحثّ الزبائن على عدم السرقة وهذه الرسائل هى:

- " أنا نزيه... أنا لا أسرق... إذا قمت بالسرقة سوف أدخل السجن".

وتطلق هذه العبارات بسرعة كبيرة تجعله من الصعب تمييزها وقد نشرت مجلة " تايمز" فى عددها المؤرخ بـ ١٠سبتمبر ١٩٧٩ مقالة بعنوان " أصوات سرّية "، أجرت تحقيق صحفى لـ ٥٠ من هذه المتاجر الضخمة التى قامت باستخدام أجهزة البروفيسور. وبعد إجراء إحصاء عام، تبيّن أن السرقات انخفضت بنسبة كبيرة وإحدى هذه المتاجر اعترفت بأنها قامت بتوفير مبلغ نصف مليون دولار خلال عشرة أشهر فقط.

- كما استخدمت هذه التكنولوجيا فى السجون عن طريق الموسيقى التى تطلقها إذاعة السجن. وفى تصريح له أكد مسؤول رفيع المستوى يعمل فى أحد السجون الغربية هذه الحقيقة وبأن تلك الرسائل الخفية لها مفعول كبير على إعادة تأهيل المساجين ومن جهة أخرى ساعدت فى العمل على تهدئة



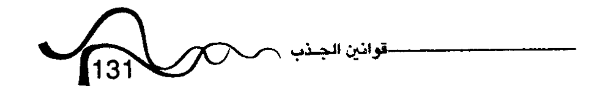
لدرجة جعلت المشاكل والمشاحنات الدموية التى يثيرونها دائماً أقلّ بالمقارنة مع الفترة التى سبقت وضع هذا الجهاز الجديد.

تطبيقات فى الاقمار الصناعية

رغم الخدمات الايجابية التى تقدمها الاقمار الصنعية فهناك قدرة مرعبة أخرى مخيفة وهى استهداف اشخاص ومراقبتهم والتلاعب بعقولهم من خلال بث رسائل صوتية خفية (Audio Subliminal Message) وهو صوت ضعيف جداً لا يمكن أن تسمعه الأذن بشكل واعى ولكن يستقبله العقل واستعمل لذلك "النيوروفون" (Neurophone)، والذى يفوق الوصف من حيث قدرته على التلاعب بالسلوك. لقد تم استخدام الـ "نيوروفون" - أو أداة مماثلة للنيوروفون - وتركيبه على الأقمار الصنعية والذى يمكن بواسطته تغيير السلوك بطريقة "البث" الصوتى الخفى (Subliminal Audio Broadcasting)، ولكن باعتماد مبدأ مختلف.

فبعد تحويل الصوت إلى نبضات كهربائية، يقوم النيوروفون بإرسال موجات لاسلكية إلى الجلد ومن هناك تنتقل إلى الدماغ مباشرة، متجاوزة الأذنين والعصب السمعى، ونتيجة لذلك يستقبل الدماغ الإشارة العصبية كما لو أنها اتصال سمعى، وأحياناً يحدث ذلك على مستوى العقل الباطن.

وعند تحفيز الشخص بهذا الجهاز فإنه "يسمع" ولكن بطريقة مختلفة تماماً. كما يمكن للصم أن "يسمعوا" مجدداً بواسطة الـ "نيوروفون." وكانت الأقمار الصنعية التجسسية تنتهك حق الناس فى الخصوصية حتى فى الفترة التى سبقت طرح الرئيس الأمريكى السابق ريغان لـ "مبادرة الدفاع الإستراتيجى" "Strategic Defense Initiative" أو ما يسمى بحرب النجوم فى مطلع الثمانينات بعد أن أظهرت أزمة الصواريخ الكوبية التى حدثت عام ١٩٦٢ الفائدة العسكرية للأقمار الصنعية.



كان الغرض من مشروع حرب النجوم حماية الولايات المتحدة من خطر الصواريخ النووية إلا أنه اتضح عدم جدوى إسقاط الصواريخ بواسطة أشعة ليزر تطلقها الأقمار الصنعية. ورغم الانتقادات لذلك البرنامج الضخم فقد أعطى برنامج حرب النجوم دفعة قوية لتكنولوجيا الرقابة الذى يعرف بإسم تكنولوجيا "الحقيبة السوداء" مثل قراءة الأفكار وأشعة الليزر القادرة على مهاجمة الأفراد حتى وإن كانوا داخل المبانى.

وفى عام ١٩٨٤ ذكرت مجلة أسبوع الطيران وتكنولوجيا الفضاء Aviation Week & Space Technology عام ١٩٨٤ أن مشروع "حرب النجوم" الذى يتم التعجيل بتنفيذه يتضمن إرساء عقود لدراسة شبكة أقمار صناعية تجسسية " حتى لا يتم إساءة إستخدام هذه التكنولوجيا الجديدة والمرعبة ورغم ذلك لم يتم إخضاعها للرقابة الديمقراطية. حسب تعليق أحد الدبلوماسيين فى الأمم المتحدة: "

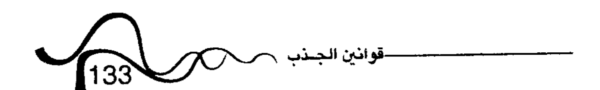
لم تكن حرب النجوم وسيلة لخلق جنة على الأرض، ولكن يمكن أن ينتج عنها جحيم على الأرض ".

حول تسمية Subliminal Perception

تتألف كلمة Subliminal من مقطعين: Subالمقطع الاول يعنى " ما تحت أو باطن " على غرار كلمة SUBway أى نفق تحتى أو SUBmarine والتى تعنى غواصة (ما تحت الماء) وهكذا، والمقطع الثانى liminal وأصله لاتينى ويعنى "عقلى"، أى أن الكلمة تعنى ما تحت الشعور أو ما تحت العقل الظاهر، والتسمية العلمية هى "Subliminal Perception" أى " الإدراك الخفى".

كيف تسيطر على دماغك؟

تعتبر السيطرة على العقل هى التحكم الناجح فى أفكار وأفعال شخص آخر دون موافقته/موافقتها. وبشكل عام، فإن المصطلح يعنى أن الضحية تتنازل عن بعض المعتقدات والمواقف السياسية أو



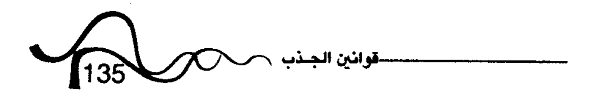
الاجتماعية أو الدينية الأساسية وتقبل الأفكار المناقضة. وكثيراً ما يستخدم مصطلح (غسيل المخ) بشكل واسع للإشارة إلى الاقتناع عن طريق الدعاية.

المفاهيم والأفكار الخاطئة للسيطرة على العقل

هناك الكثير من المفاهيم الخاطئة حول السيطرة على العقل. ويعتقد بعض الناس أن السيطرة على العقل تشمل جهود الآباء فى تربية أبنائهم وفقاً للمعايير الاجتماعية والثقافية والأخلاقية والشخصية. كما يعتقد البعض أنها سيطرة على العقل لاستخدام تقنيات تعديل السلوك لتغيير سلوك المرء سواء عن طريق الانضباط الذاتى أو الإيحاء الذاتى أو من خلال ورش العمل والعيادات. ويرى الآخرون أن الإعلانات والإغواء الجنسى هى أمثلة من السيطرة على العقل. ولا يزال يعتبرها الآخرون بمثابة تحكم فى العقل لتخدير امرأة ما من أجل استغلالها أثناء وقوعها تحت تأثير التخدير. ويرى

البعض أنها تحكم فى العقل يظهر عندما يستخدم الضباط العسكريين أو ضباط السجن التقنيات التى تقلل من محاولات المجندين أو السجناء لخرق القواعد وجعلهم أكثر توافقاً معها. وقد يعتبرها البعض بمثابة تحكم فى العقل للمدربين أو مشرفى الخفر للتهديد والتقليل من العقاب البدنى أو الإجهاد الجسدى من فرط التمارين الرياضية للمتدربين من أجل كسر غرورهم وغرس مبدأ روح الفريق أو تحديد المجموعة.

ـ وتسمى بعض التكتيكات لبعض مجموعات الإمكانيات البشرية والروحية والدينية من المجندين أو الفئات العمرية الجديدة بتكتيكات السيطرة على العقل. ويعتقد الكثيرون بأن ضحايا الخطف الإرهابى الذين يعتقون أو يتعاطفون مع أيديولوجية الخاطف هم ضحايا للسيطرة على العقل (والتى تسمى متلازمة ستوكهولم). وبالمثل، فإن المرأة التى تبقى مع رجل معتدى أو مسىء، كثيراً ما ينظر إليها



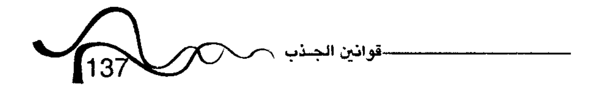
باعتبارها ضحية للسيطرة على العقل. ويرى الكثيرون أن الرسائل اللاشعورية فى (موسيقى موزاك) أو فى الإعلانات أو على أشرطة المساعدة الذاتية هى بمثابة شكل من أشكال السيطرة على العقل. ويعتقد الكثيرون أيضاً بأنها بمثابة تحكم فى العقل باستخدام أسلحة الليزر أو العناصر المشعة أو المولدات الصوتية أو مولدات النبض الكهرومغناطيسى الغير نووية أو بواعث الموجات الدقيقة ذات الطاقة العالية لإرباك أو إضعاف الناس. ويعتبر الكثيرون أن تكتيكات "غسيل المخ" (مثل التعذيب، والحرمان الحسى، وما إلى ذلك) التى استخدمها الصينيون خلال الحرب الكورية، وكذلك الزومبيين المزعومين فى "الفودو" هى محاولات للسيطرة على العقل.

وأخيراً، لا يمكن لأحد أن يشك بأنها حالة واضحة من السيطرة على العقل للقدرة على التنويم المغناطيسى أو البرمجة الإلكترونية لشخص ما بحيث

يقوم بتنفيذ الأوامر الموجهة إليه/إليها دون أن يدرك بأنه تحت تأثير التحكم فى سلوكه.

السيطرة على العقل وأعمال الخيال

بعض أكثر المفاهيم الخاطئة شعبية حول السيطرة على العقل نشأت فى أعمال الخيال مثل فيلم"مرشح منشوريا" Manchuria Candidate حيث تم فى ذلك الفيلم برمجة قاتل حتى يستجيب لإرادة منوم مغناطيسى ومن ثم يرتكب جريمة قتل ولا يتذكر عنها شيئاً فيما بعد. وهناك كتب وأفلام أخرى تصور التنويم المغناطيسى كأداة قوية تمكن المنوم المغناطيسى من الممارسة الجنسية مع امرأة جميلة أو برمجتها لتصبح إنسان آلى يعمل كساعى أو قاتل، الخ. وهناك أحد الكتب يزعم بأنه "يستند إلى قصة حقيقية " وهو كتاب: السيطرة على كاندى جونز (الصادر عن دار نشر بلاى بوى فى عام ١٩٧٦) لمؤلفه "دونالد بين". ولتكون قادراً على استخدام



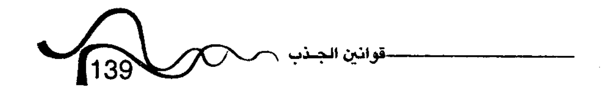
التنويم المغناطيسى على هذا النحو القوى، لا تحتاج سوى لقليل من التمنى.

- والأعمال الخيالية الأخرى التى تستخدم العقاقير أو الأجهزة الإلكترونية، بما فى ذلك عملية زرع المخ، تم استخدامها للسيطرة على سلوك الناس. وهى بطبيعة الحال تثبت أن حدوث تلف فى المخ أو التنويم المغناطيسى أو المخدرات أو التحفيز الكهربائى للمخ أو الشبكة العصبية يمكن أن يكون له تأثير سببى على الأفكار والحركة الجسدية والسلوك. ومع ذلك، فإن الحالة المعرفية البشرية تحت تأثير مادة كيميائية أو تحفيز كهربائى للمخ تكون أكثر فقراً بحيث يستحيل استخدام المعرفة والتكنولوجيا الحديثة لفعل أى شىء يقترب من هذا النوع من السيطرة على العقل الذى تم تصويره فى أعمال الخيال. ويمكننا أن نفعل الأشياء التى يمكن التنبؤ بها مثل التسبب فى فقدان ذاكرة معينة أو الإثارة لرغبة معينة، ولكن لا يمكننا أن نفعل هذا

بطريقة غير تدخلية أو القدرة على السيطرة على مجموعة كبيرة من الأفكار أو الحركات أو الأفعال. ومن المؤكد أنه يمكن تصور أننا سنكون فى يوم ما قادرين على تصميم الجهاز الذى إذا تم زرعه فى المخ فإنه سيمكننا من السيطرة على الأفكار والأفعال من خلال التحكم بواسطة مادة كيميائية معينة أو محفزات كهربائية معينة. ومثل هذا الجهاز غير موجود الآن ولا يمكن أن توجد معرفة به فى مجال علوم الأعصاب. (ومع ذلك، وضع اثنين من علماء الأعصاب بجامعة إيمورى وهما الدكتور روى باكاى والدكتور فيليب كينيدى، طريقة لزرع المخ الإلكترونى والتى يمكن تفعيلها من خلال الأفكار وهذا بدوره يمكن أن يتحرك بمؤشر كمبيوتر).

الحكومة والسيطرة على العقل

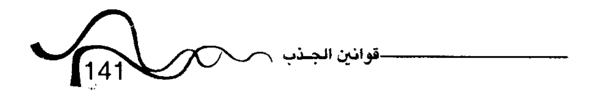
يبدو أيضاً أن هناك اعتقاد متزايد بأن حكومة الولايات المتحدة، من خلال فروعها العسكرية أو



وكالاتها مثل وكالة الاستخبارات المركزية، تستخدم عدداً من الأجهزة الرهيبة بهدف تعطيل المخ. وهناك أمثلة تم ذكرها مثل أسلحة الليزر أو العناصر المشعة أو المولدات الصوتية أو مولدات النبض الكهرومغناطيسى الغير نووية أو بواعث الموجات الدقيقة ذات الطاقة العالية. ومن المعروف أن الوكالات الحكومية قامت بتجارب على البشر للسيطرة على العقل بعلم وبدون علم الأشخاص مواضيع الدراسة (شيفلين ١٩٧٨). ولا ينبغى وصف إدعاء هؤلاء الذين يعتقدون بأنهم وقعوا كضحايا لتجارب السيطرة على العقل بدون رغبتهم بأنها مستحيلة أو غير واردة. وبالنظر إلى الممارسة السابقة ذات الطبيعة الغير أخلاقية بواسطة الوكالات العسكرية والاستخباراتية، فإن مثل تلك التجارب ليست غير قابلة للتصديق. ومع ذلك، لا ينبغى اعتبار مثل هذه الأسلحة التجريبية التى تهدف إلى تعطيل عمليات المخ بأنها أسلحة للسيطرة على

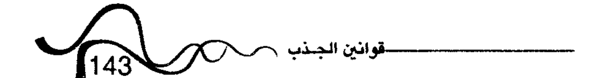
العقل. ولا يعتبر إرباك أو تضليل شخص بطرق أخرى من طرق الإضعاف من خلال المواد الكيميائية أو بطريقة إلكترونية هو بمثابة سيطرة على هذا الشخص. ولجعل شخص يفقد السيطرة على نفسه ليس هو نفس الحال مثل السيطرة عليه، وهناك أمر شبه مؤكد أن الحكومة الأمريكية غير قادرة على السيطرة على عقل أى شخص، على الرغم من أنه من الواضح أن العديد من الناس فى العديد من الحكومات يلهثون وراء تلك السلطة.

- وعلى أية حال، فإن بعض الادعاءات التى أدلى بها هؤلاء الذين يعتقدون أنهم خضعوا للسيطرة عليهم بواسطة هذه الأسلحة الإلكترونية تبدو غير معقولة. على سبيل المثال، الاعتقاد بأنه يمكن استخدام الموجات اللاسلكية أو الموجات الدقيقة لجعل شخص ما يسمع أصوات موجهة إليه بالذات، يبدو أمراً غير مرجح. ونحن نعلم أن الموجات اللاسلكية والموجات من جميع أنواع الترددات تعبر باستمرار من خلال



أجسادنا. والسبب الذى يجعلنا نقوم بتشغيل الراديو أو التلفزيون لسماع الأصوات أو رؤية الصور التى تُبث عن طريق الهواء هو أن هذه الأجهزة لديها المستقبلات التى "تترجم" الموجات فى أشكال يمكننا سماعها ورؤيتها. وما نعرفه عن السمع والرؤية يجعل من المستبعد جداً مجرد إرسال إشارة إلى المخ يمكن "ترجمتها" لأصوات أو صور وتتسبب فى سماع الشخص أو رؤيته لأى شىء. وربما قد يكون من الممكن فى يوم ما تحفيز شبكة معينة من الخلايا العصبية إلكترونياً أو كيميائياً تمكن الشخص الخاضع للتجربة بأن يختار أصوات أو مشاهدات محددة لتظهر فى وعيه، ولكن ذلك يعتبر غير ممكن اليوم. وحتى لو كان ذلك ممكناً، فإنه لا يتبع بالضرورة أن الشخص سوف يطيع أمر لاغتيال الرئيس لمجرد أنه سمع صوتاً يطلب منه القيام بذلك. ويعتبر سماع الأصوات هو أحد تلك الأشياء، أما الشعور بالإرغام على الانصياع لها فهو شىء آخر تماماً.

ـ ويبدو أن هناك عدداً من أوجه الشبه بين أولئك الذين يعتقدون بأنهم قد اختطفوا من قبل الكائنات الفضائية (اليوفو) وأولئك الذين يعتقدون أن عقولهم قد خضعت للسيطرة من قبل عمليات زرع بواسطة وكالة الاستخبارات المركزية. وحتى الآن، ومع ذلك، فإن مجموعة أصحاب "العقول التى تم السيطرة عليها" لم يتمكنوا من فهم "جون ماك"، الطبيب النفسى فى جامعة هارفارد والذى يدعى أن أفضل تفسير لمزاعم الاختطاف من قبل الكائنات الفضائية (اليوفو) تقوم على تجارب الاختطاف من قبل الكائنات الفضائية (اليوفو) وليس التخيل أو الأوهام. والشكوى العامة من السيطرة على العقل هو أنهم لا يستطيعون الحصول على معالجين حتى يأخذوا الأمر على محمل الجد. فهم يقولون أنه يمكنهم فقط العثور على معالجين يرغبون فى علاجهم من الأوهام وليس مساعدتهم على إثبات أنهم خضعوا لتجارب السيطرة على العقل من قبل حكومتهم. وبالتالى، فإنه ليس من المحتمل أن

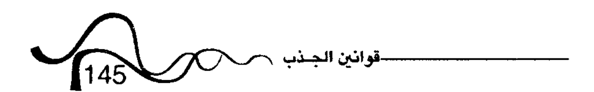


يكون "الزومبيين الذين خضعوا لتجارب السيطرة على العقل من قبل وكالة الاستخبارات المركزية" متهمين بإصابتهم بأوهام زرعت فى نفوسهم من قبل المعالجين والمختطفين من الكائنات الفضائية (اليوفو)، لأنهم يدعون عدم القدرة على العثور على معالجين يتعاملون مع الأوهام لديهم بشكل جدى. وفى الواقع، يعتبر الكثيرون منهم مقتنعون بأن معاملتهم كأشخاص مخدوعين هو جزء من مؤامرة للتغطية على تجارب السيطرة على العقل التى تتم عليهم. حتى أن البعض يعتقد بأن متلازمة الذاكرة الزائفة هى جزء من المؤامرة، وهم يزعمون أن فكرة الذكريات الزائفة هى مؤامرة لمنع الناس من التعامل جدياً مع ادعاءات أولئك الذين يتذكرون الآن أنهم كانوا ضحايا لتجارب السيطرة على العقل فى وقت ما فى الماضى. ومن الصعب الاعتقاد بأنه لا يمكنهم العثور على مجموعة واسعة من معالجى العصر الجديد الغير أكفاء يكونون مستعدين للتعامل مع ادعاءاتهم بشكل جدى، إن لم

يكونوا على استعداد للزعم بأنهم وقعوا كضحايا لمثل هذه التجارب نفسها.

المجَندِين وعمليات الخطف

يتيح الخاطفون والمحققون للمُجَندِين تنمية مجموعات روحية أو دينية أو مجموعات نمو الشخصية. وقد تختلف تكتيكات المُجَندِين اختلافاً جوهرياً عن تلك التى تخص الخاطفين أو المحققين. ولا يقوم المُجَندون عموماً بخطف أو اعتقال المجندين، ولا يعرف عنهم أنهم يستخدمون التعذيب كوسيلة من وسائل التحويل النموذجى. وهذا يثير مسألة ما إذا كان يتم التحكم فى ضحاياهم دون موافقتهم. ولا يعتبر بعض المجندين ضحايا حقاً للسيطرة على العقل ولكن يكونون أعضاء برغبتهم فى مجتمعاتهم. وبالمثل، لا ينبغى اعتبار العديد من المجندين فى الديانات السائدة ضحايا للسيطرة على العقل. ولا يعتبر تغيير السمات الأساسية للشخص،

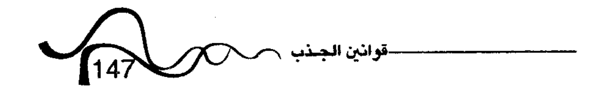


وحمله على التصرف بطرق متناقضة بأنماط من السلوك على مدى الحياة، وحمله على تغيير معتقداته وقيمه الأساسية، بالضرورة سيطرة على العقل. حيث يعتمد الأمر على كيفية نشاط الشخص فى المشاركة فى التحول الخاص به. وربما تعتقد أنت وأنا أن أى شخص يخرج من عقله للانضمام إلى طائفة السينتولوجيا، ولا تعتبر معتقدات شهود يهوه أو الإخوة جيم روبرتس "معتقدات وسلوكيات جنونية" أكثر شراسة عن تلك التى يتبعها الملايين من معتنقى التيار الدينى الرئيسى الذين قبلوا الانخراط فيه.

- ويبدو أن بعض المجندين فى تيارات الديانات الغير رئيسية قد تم غسل أمخاخهم والسيطرة عليها لدرجة أنهم يفعلون شراً عظيماً لأنفسهم أو لغيرهم بناء على طلب قائدهم، بما فى ذلك القتل والانتحار. ويصبح بعض هؤلاء المجندين فى حالة من الضعف الشديد عندما يتم تجنيدهم لكى يستفيد مجنديهم من تلك الثغرات فيهم. وقد يصير هؤلاء المجندين

مشوشين أو بدون ركيزة بسبب صعوبات المرحلة الانتقالية العادية (مثل طلاب الجامعات الجدد)، ويتعرضون لظروف حياتية صعبة (مثل الفشل فى الدراسة أو الحصول على وظيفة جديدة)، أو حتى الأحداث المأساوية الشخصية (مثل موت الأصدقاء المقربين أو الأعزاء)، أو الأحداث العالمية (مثل الحرب أو الإرهاب). وقد يصاب البعض بمرض عقلى أو اضطراب عاطفى أو اكتئاب شديد بسبب سوء استخدم العقاقير أو التعرض للاعتداء على أيدى الآخرين، الخ، ولكن لن يكون لمصلحة الطائفة تجنيد المضطربين عاطفياً بشكل نشط كما قال أحد المجندين فى عبادة معينة.

- وللطوائف الدينية أيديولوجيات وممارسات مُعقدة بحيث يجد المضطربين عقلياً أو عاطفياً صعوبة فى استيعابها. وهذه الهياكل هى التى تسمح للطوائف الدينية بالسيطرة على الشخص. والطوائف

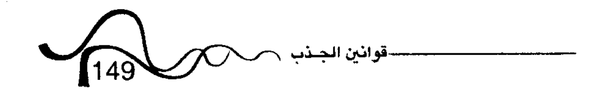


الدينيــة لا تـرغب فـى الأشــخــاص الـذين يـصــعب السيطرة عليهم.

ـ وفى حين أن بعض المجندين قد يكونون ضعفاء للغـاية أمام أولئك الذين يرغبـون فى السيطرة على أفكارهم وأفـعـالهم، فـإن المُجَنِدين يبـحـثـون عن الأشـخـاص الذين يمكن أن يضـعـفـوهم. وقـد قـال المجند المذكـور أعــلاه أيضـاً بـأن الطوائف الدينيـة تبحث عن الأشخاص الأقوياء والأذكياء والمثاليين كما تبـحث أيضـاً عـن الأغنيـاء بغض النظر عن وضـعـهم العقلى.

والهدف هو جعل المجندين ضعفاء، لحملهم على التخلى عن أى سيطرة ذاتية على أفكارهم وأفعالهم. كـمـا أن الهـدف هو جعـل أعضـاء الطائفـة يشـعـرون بأنهم مـسـافـرين عـلى متن سـفـينة بـلا دفة فـى بحـر عـاصف. والمُجنِد أو زعـيم الطـائفـة هو من يمـسك بالدفة وهو الوحيد الذى يمكنه أن يوجه السفينة إلى بر الأمان.

والتقنيات المتاحة للتلاعب بالضعفاء هى كثيرة للغاية وإحداها هى لمنحهم الحب الذى يشعرون بأنهم لا يحصلون عليه فى أى مكان آخر، وإقناعهم بأنه من خلالهم ومن خلال مجتمعاتهم سيتمكنون من العثور على ما يبحثون عنه، حتى لو لم يكونوا قد حصلوا على دليل بأنهم يبحثون عن أى شىء، وكذلك إقناعهم بأنهم يثقون فى القائد وأن القائد يثق فيهم، وإقناعهم بأن أصدقائهم وعائلاتهم من خارج المجموعة هم عوائق لخلاصهم. وعن طريق عزلهم، يمكن فقط منحهم ما يحتاجون إليه، وإغداق الحب عليهم، وأن القائد هو فقط من يحبهم وأنه على استعداد للموت من أجلهم، فلماذا لا يموتون من أجل القائد؟ ولكن الحب وحده هو ما يمكن القائد من الفوز بهم أكثر. ويعتبر الخوف هو حافز كبير، حيث يخشى المجند أنه إذا غادر فإنه سوف ينهار، وخوفه من أنه إذا لم يتعاون فإنه سيتعرض للمحاكمة، وخوفه من أنه لا يستطيع القيام بذلك وحده فى هذا

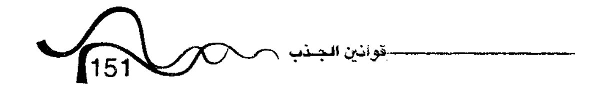


العالم البائس. ويجب على القائد أن يصيب المجند بجنون العظمة.

ـ والحب والخوف قد لا يكونان كافيان، ولكن يجب أن يستخدم " التذنيب " أيضاً عن طريق تحميل المجندين بذنوب كثيرة مما يجعلهم يرغبون فى تنظيف أفكارهم، وتذكيرهم بأنهم لا يشكلون شيئاً بمفردهم، ولكنهم يعتبرون مع القائد والإله (أو بعض السلطات أو التقنيات) هم كل شىء، وجعلهم يحتقرون أنفسهم حتى يتسنى لهم أن يكونون غير أنانيين ويتحلون بإنكار الذات، وبأنهم ملك للقائد، وجعلهم لا يشعرون بأى شعور ذاتى، وإقناعهم بأن المثالية هى التخلى عن الذات، ومواصلة الضغط بلا هوادة، وإذلالهم من وقت لآخر، ومن ثم سيشعرون بأنه يجب عليهم إذلال أنفسهم، والتحكم فيما يقرءون ويسمعون ويرون، وتكرار الرسائل على العيون والآذان. وحملهم بالتدريج على تقديم التزامات صغيرة فى البداية حتى يستحوذ القائد على كل

ممتلكاتهم وأجسادهم وأرواحهم. ولا ينسى القائد أن يعطيهم المخدرات، ويقوم بتجويعهم، أو يطلب منهم التأمل أو الرقص أو الهتاف لساعات حتى يعتقدون بأنهم يخضعون لنوع من التجارب الروحية، وجعلهم يعتقدون بأن "القائد هو الإله الذى جعلهم يشعرون بحالة جيدة للغاية" مما يجعلهم لا يرغبون فى التخلى عن ذلك، وبأنهم لم يشعروا بالرفاهية قبل ذلك مطلقاً، وبأنه على الرغم من شعورهم بوجود الجحيم فى الخارج، فإن الداخل هو جنتهم.

ـ فما هو الدين الذى لا يستخدم " التذنيب " والترهيب لحمل الناس على تنظيف أفكارهم؟ حتى أن بعض المعالجين يستخدمون أساليب مشابهة للسيطرة على مرضاهم، ويقتاتون على الضعفاء، ويطلبون الولاء التام والثقة كثمن للأمل والشفاء. وكثيراً ما يعزلون فرائسهم عن أحبائهم وأصدقائهم، كما يحاولون تملك عملائهم والتحكم فيهم. ولا تختلف أساليب المُجَنِدين كثيراً. فهل يكون المجندين

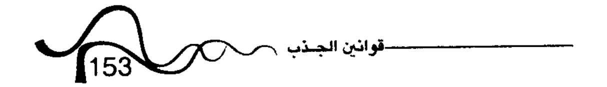


والمعتنقين للأديان والمرضى على استعداد لأن يكونوا ضحايا؟ وكيف يمكننا التفريق بين الضحية الراغبة من الضحية الغير راغبة؟ وإذا لم نستطع أن نفعل ذلك، عند ذلك لا يمكننا أن نميز الحالات الحقيقية من السيطرة على العقل.

ـ ولا يستخدم المُجَنِدين والمتلاعبين الآخرين السيطرة على العقل إلا إذا قاموا بحرمان ضحاياهم من إرادتهم الحرة. ويمكن القول بأن شخص ما قد حُرم من إرادته الحرة من قبل شخص آخر فقط إذا قدم هذا الشخص الآخر عامل سببية لا يقاوم. فكيف يمكننا إثبات أن سلوك فرد ما هو نتيجة لأوامر لا تقاوم قدمت له من قبل شخصية قيادية روحية أو دينية؟، ولا يكفي القول بأن السلوك الغير عقلاني يثبت أن الإرادة الحرة للشخص قد سلبت منه. وقد يكون من غير العقلاني تخلى الفرد عن جميع ممتلكاته أو تكريس كل وقته وقوته لتلبية رغبات زعيم دينى أو محاولة الانتحار أو زرع قنابل

سامة فى مترو الأنفاق لأنه أُمر بذلك، ولكن كيف يمكننا تبرير ادعاء مثل هذه الأفعال الغير عقلانية بأنها أفعال صادرة من روبوتات بدون عقل؟، ونحن نعرف جميعاً أن أكثر الأفعال الغريبة والغير إنسانية والغير عقلانية التى يقوم بها المجندين هى تتم بحرية وعن علم وبسعادة. وربما هى تتم من قبل أشخاص مدمرى العقول أو مجانين. وفى كلتا الحالتين، فإن مثل هؤلاء الناس لا يكونون ضحايا للسيطرة على العقل.

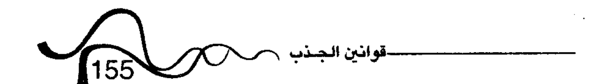
- ولا ينبغى ترك النظر فى أفعال الخاطفين والمحققين مثل أفعال العزل المنهجى والسيطرة على المدخلات الحسية والتعذيب. فهل تسمح لنا هذه الوسائل بمحو قشرة المخ وكتابة رسائلنا الخاصة فيها؟ وهل يمكننا حذف الأنماط القديمة وزرع أنماط جديدة من الفكر والسلوك فى ضحايانا؟، وينبغى الإشارة أولاً إلى أنه ليس كل فرد تعرض للخطف، يشعر بالحب أو العاطفة نحو خاطفيه. ومن



المحتمل أن يصل بعض المختطفين أو المعتقلين إلى حالة من التبعية الكاملة لجلاديهم. حيث يوضعوا فى موقف مماثل لما كان فى سن الرضاعة ويبدءون بالاتحاد مع جلاديهم بقدر ما يتحد الرضيع مع الشخص الذى يغذيه ويوفر له الراحة. وهناك أيضاً سحر غريب يتملك معظمنا عند الترهيب. فنحن نخشاهم ونكرههم ولكن غالباً ما نرغب فى الانضمام لعصابتهم وأن نكون محميين من قبلهم. ولا يبدو من المرجح أن الأشخاص الذين يقعون فى الحب مع خاطفيهم أو الذين يقومون بدور ضد بلادهم تحت وطأة التعذيب، هم ضحايا للسيطرة على العقل. وهناك بالتأكيد بعض التفسيرات حول سبب تصرف بعض الناس مثلما فعلت " باتريشيا هيرست"، ولماذا لم يصبح الآخرون فى ظروف مماثلة مثل "تانيا". ومن المشكوك فيه أن السيطرة على العقل ينبغى أن تلعب أكثر من دور فى التفسير. حيث تنجذب بعض النساء إلى رجال العصابات ولكن يكون

لديهن القليل من الفرص للتفاعل معهم. ونحن لسنا بحاجة للعودة إلى السيطرة على العقل لنفسر لماذا تقربت " باتريشيا هيرست" بشدة مع أحد خاطفيها الإرهابيين. وربما اعتقدت بأنها يجب أن تفعل ذلك حتى تنجو، وربما تكون أيضاً قد انجذبت له حقاً. ومن يدرى؟ فلعل السيطرة على العقل هو أفضل دفاع عن "تغيير الرأى حول الحياة الإجرامية" عند مواجهة اتهامات بسرقة بنك واتهامات بالقتل.

وأخيراً... يُعتقد على نطاق واسع أن الصينيين نجحوا فى غسيل أمخاخ أسرى الحرب الأمريكيين خلال الحرب الكورية، ولكن الدليل على نجاح أساليبهم فى التعذيب والعزل والحرمان الحسى وما إلى ذلك للسيطرة على عقول أسراهم هو غير موجود. وهناك عدد قليل جداً (٢٢ من ٤٥٠٠ أو ٠,٥)، من الذين أُسروا من قبل الصينيين عادوا إلى الجانب الآخر (سازلاند ١٩٧٩، ص ١١٤). وترجع



أسطورة نجاح الصينيين أساساً إلى أعمال "إدوارد هانتر"، الذى تعرض لغسيل المخ فى الصين الحمراء وهو كتاب "التدمير المحتسب لعقول البشر" (نيويورك: مطبعة فانجارد، عام ١٩٥١) والذى لا يزال يشار إليه بواسطة أولئك الذين يرون أن تكتيكات السيطرة على العقل هى مصدر خطر كبير فى هذه الأيام. وقد قامت وكالة الاستخبارات المركزية بنشر معظم أعمال "هانتر" فى جهودها الرامية إلى ترسيخ الكراهية للكوريين الشماليين والشيوعية وشرح لماذا لا يكره بعض الجنود الأمريكيين العدو، ولتعظيم دورهم بالقول بأنهم هم من يجب عليهم وضع تقنيات غسيل المخ من أجل مواكبة العدو "(سازرلاند ١٩٧٩، ص ١١٤).

ويبدو إذاً أنه إذا عرفنا السيطرة على العقل كتحكم ناجح فى أفكار وأفعال الآخرين دون موافقتهم، عند ذلك تكون السيطرة على العقل غير

موجودة سوى فى أعمال الخيال. ولسوء الحظ، فإن هذا لا يعنى أنها ستسير دائماً على مثل هذا المنوال.

الإعلانات المموهة
والسيطرة على العقل

هناك ملاحظة خفيفة، وهى وجود واحدة من أقل الأساطير حول السيطرة على العقل هى الفكرة القائلة بأن الرسائل المموهة هى وحدات تحكم فعالة للسلوك. وعلى الرغم من انتشار الاعتقاد بقوة رسائل الإعلانات المموهة على نطاق واسع، فإن الأدلة على فعاليتها الكبيرة تستند على الحكايات والدراسات العلمية من قبل الأطراف المعنية بحيث يصبح البحث - بدون جدوى - عن الدراسات العلمية التى تثبت أن الرسائل الغير مسموعة مثل "لا تسرق" أو "أرجع ذلك" فى موسيقى "موزاك" تخفف كثيراً من سرقة الموظفين أو العملاء، أو أن الرسائل المموهة تزيد من مبيعات الوجبات الخفيفة فى دور السينما.

■ ■ ■

